

ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ

КАФЕДРА ТЕАТРОЗНАВСТВА ТА АКТОРСЬКОЇ

МАЙСТЕРНОСТІ

Кваліфікаційна (магістерська) робота

**ТВОРЧО-ТЕРАПЕВТИЧНІ СТУДІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ – ПІДЛІТКІВ (10–16 РОКІВ)
У ПРАКТИЦІ ВЕРОНИКИ СКЛЯРОВОЇ (“АРТ ТЕРАРУ ФОРСЕ”),**

2022–2025 РР.)

Виконав: студент II-го курсу, групи КМТМ-21с
З галузі знань: 02 Культура і мистецтво
Спеціальність: 026 Спецічне мистецтво
ОПШ Театрознавство
Несміх Віталій Олегович

Науковий керівник: Доцент, кандидат мистецтвознавства
Максименко Світлана Михайлівна

Рецензент: Доцент кафедри спеціальної освіти, факультет
педагогічної освіти
Призванська Роксоліана Антонівна

В. Склярова
10.12.2025 р.

ЗМІСТ

ЗМІСТ.....	2
ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. АРТ-ТЕРАПІЯ: ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ, СУЧАСНА ПРАКТИКА У СВІТІ ТА В УКРАЇНІ.....	6
1.1. Історико-теоретичні передумови формування арт-терапії у світі та в Україні..	6
1.2. Театрально-сценічні практики як метод арт-терапії.....	16
РОЗДІЛ 2: ПРОФЕСІЙНИЙ ОСВІТНІЙ ПРОЄКТ ВЕРОНІКИ СКЛЯРОВОЇ “АРТ ТНЕРАРУ ФОКСЕ”: НАПРЯМКИ ДІЯЛЬНОСТІ ТА СТРУКТУРА КОМАНДИ.....	21
2.1. Проєкт “Art Theater Focse” як мультимодальний простір психоемоційного відновлення.....	21
2.2. Напрямки діяльності проєкту “Kids Art Retreat Project”.....	34
РОЗДІЛ 3. ТЕАТРАЛЬНІ, МУЗИКОТЕРАПЕВТИЧНІ ТА ПЕРФОРМАТИВНІ ПРАКТИКИ ДЛЯ ДІТЕЙ.....	42
3.1. Теоретичні та етичні фундаменти театральної терапії.....	42
3.2. Міжнародна практика Даррена Абрахамса та Генрі Редвуда у роботі з дітьми... 48	48
3.3. Музикотерапевтичні та перформативні студії Марини Сльот.....	56
3.4. Результативність діяльності “Kids Art Retreat Project” (2023–2025).....	61
ВИСНОВКИ.....	67
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....	70
ДОДАТКИ.....	75

ВСТУП

Постановка проблеми. Війна росії проти України, яка розпочалася у 2014 році та продовжилася повномасштабним її вторгненням у 2022 році, поставила українських громадян перед невідомими раніше, за мирного життя, викликами боротьби і виживання. А відтак – і пошуків нових засобів використання арт-терапії у психічному та ментальному відновленні дітей – найбільш соціально вразливої та незахищеної верстви суспільства. Тому *тема* нашого наукового дослідження “Творчо-терапевтичні студії для дітей-підлітків (10-16 років) у практиці Вероніки Скліррової (“Art Therapy Force”, 2022-2025 рр.) набрала особливої актуальності.

В сучасній практиці театральні педагоги, режисери, психологи, психотерапевти послугуються елементами театралізації і театру як способу реабілітації психічного та ментального здоров’я дітей та підлітків в умовах війни в Україні. Одним з цікавих досвідів у цьому напрямку є практика Вероніки Скліррової театрознавиці, культурної менеджерки, театральної продюсерки та арт-кураторки, вона є засновницею громадської організації “Art Do!” та проекту “Art Therapy Force”. Цей досвід мало досліджений в Україні і в цьому полягає *актуальність нашої роботи*. У сучасних умовах війни особливої актуальності набуває питання не лише подолання окремих наслідків психологічної травми, а й розроблення нових, адаптивних до українських реалій моделей мистецько-терапевтичної підтримки дітей і підлітків. Війна змінила структуру дитинства: значна частина дітей живе в умовах обстрілів, тривалого перебування в укриттях, вимушених переїздів, розлуки з друзями та родинами. Тому театрально-сценічні практики у цій роботі розглядаються не лише як художній інструмент, а як механізм відновлення базових людських потреб – безпеки, контакту, соціальної належності й емоційної стабільності. Особливу увагу в дослідженні зосереджено на порівнянні різних моделей мистецтва, що працюють із травмою, зокрема *trauma-informed* (травмаінформоване) та *trauma-attuned* (травмочутливе) мистецтво. З огляду на те, що “Art Therapy Force” інтегрує підходи міжнародних фахівців – Даррена Абрахамса, Найджела Осборна, Генрі Редвуда – у роботі важливо

оцінити, як саме їхні концепції впливають на українську практику й чому вони виявилися ефективними саме в умовах війни. Діяльність “Art Therapy Force” дозволяє спостерігати динаміку відновлення дітей у реальному середовищі, а не лише на рівні теорії. Проекти організації, особливо “Kids Art Retreat Project”, стають простором, де діти, які часто місяцями бачать одне одного лише онлайн через небезпеку обстрілів, отримують можливість живої взаємодії, гри, співтворення та соціалізації. Саме цей аспект – відновлення комунікації між дітьми у фізичному просторі – є критично важливим для формування їхньої психічної стійкості.

Об’єктом нашого дослідження є творчо-терапевтичні студії для дітей-підлітків України (10-16 років) у подоланні травм війни.

Предметом – авторські програми методології Вероніки Скляркової, особливості новітніх напрацювань та методології закордонних фахівців: Даррена Абрахамса, Найджела Осборна у роботі з українськими дітьми.

Мета нашої роботи полягає у тому щоб вивчити авторські методології з метою подолання травм війни у дітей та підлітків на практиці діяльності українських театральних діячів педагогів, драма терапевтів, арт-терапевтів.

Для досягнення поставленої мети нам довелося вивчити досвід творчої та педагогічної і терапевтичної діяльності цих діячів, вивчити особливості їх авторських програм та методологій, ознайомитись із практикою втілення теоретичних аспектів та їх результативністю на учасників таборів.

Наукова новизна роботи полягає в тому, що в нашому дослідженні висвітлені як теоретичні підходи, так і емпіричні спостереження, проведені автором під час участі у таборах в якості відеографа, інтерв’ю з менторами й учасниками, вивчення внутрішньої документації проекту та аналітичних звітів команди. Таке поєднання дозволяє всебічно дослідити механізми, через які мистецтво стає інструментом подолання травм, і визначити, які саме художні та педагогічні стратегії виявилися найбільш ефективними в умовах війни.

У написанні магістерської роботи були використані методи: аналітичний, типологічний та методи спостереження, інтерв'ю, соціологія анкетування, статистична обробка даних.

Структура. Наша робота складається зі Вступу, 3-х розділів (Розділ 1. Арт-терапія: історичний аспект, сучасна практика у світі та в Україні, 1.1. Історико-теоретичні передумови формування арт-терапії у світі та в Україні, 1.2. Театрально-сценічні практики як метод арт-терапії, Розділ 2: Професійний освітній проєкт Вероніки Скляркової “Art Theater Force”: напрямки діяльності та структура команди, 2.1. Проєкт “Art Theater Force” як мультимодальний простір психоемоційного відновлення, 2.2. Напрямки діяльності проєкту “Kids Art Retreat Project”, Розділ 3. Театральні, музикотерапевтичні та перформативні практики для дітей, 3.1. Теоретичні та етичні фундаменти театральної терапії, 3.2. Міжнародна практика Даррена Абрахамса та Генрі Редвуда у роботі з дітьми, 3.3. Музикотерапевтичні та перформативні студії Марини Сльот, 3.4. Результативність діяльності “Kids Art Retreat Project” (2023–2025), Висновків та трьох Додатків, Списку використаної літератури - 55 позицій. Робота складається – із 88 сторінок, з них – 69 сторінок основного тексту.

РОЗДІЛ 1. АРТ-ТЕРАПІЯ: ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ, СУЧАСНА ПРАКТИКА У СВІТІ ТА В УКРАЇНІ

1.1. Історико-теоретичні передумови формування арт-терапії у світі та в Україні

Сьогодні арт-терапія є самостійним напрямом психотерапії, який використовує художню діяльність для покращення фізичного, психічного та емоційного стану людини. Вона сформувалася на перетині таких галузей, як мистецтво, психологія, медицина, культурологія, соціологія та інші.

Науковці визначають сутність арт-терапії як терапевтичний і корекційний вплив мистецтва на людину, що виявляється у відтворенні та переосмисленні травматичних переживань через творчу діяльність [5, с. 42-45]. Крім того, метод арт-терапії активно застосовується у реабілітаційній, педагогічній і соціальній сферах як інструмент психологічної гармонізації та розвитку особистості засобами художньої творчості [17, с. 133-145].

Розробка конкретних технік і методів лікування мистецтвом – явище відносно нове. Водночас сама ідея “лікування мистецтвом” (art therapy) сягає своїм корінням у ті часи, коли зародилося мистецтво як таке. Упродовж усієї історії людства музика, спів, танець, малювання чи скульптура виконували функції засобів зцілення, відновлення душевної рівноваги та вираження внутрішніх переживань [1, с. 140-146].

Ідея застосування мистецтва з лікувальною та відновлювальною метою має глибоке історичне коріння. У різних культурах протягом століть – від давнього Єгипту до Китаю, Індії та Греції – мистецтво використовувалося як засіб зцілення, розслаблення і самовираження. Найдавнішим прикладом вважають біблійну історію про Давида, який грою на арфі зцілював Саула від душевних страждань. У давньогрецькій міфології також простежується тісний зв’язок між мистецтвом і

медициною – його уособлюють Аполлон, покровитель мистецтв, і його син Асклепій, бог лікування [3].

Великий внесок у розуміння ролі мистецтва в оздоровленні людини зробили античні філософи – Арістотель, Піфагор, Сократ. Їхні ідеї лягли в основу уявлень про гармонізацію внутрішнього стану через естетичне переживання. У працях Арістотеля, зокрема “Нікомахова етика” та “Метафізика”, розкривається процес самопізнання і морального очищення через мистецтво. Його концепція катарсису описує очищення душі під впливом мистецьких емоцій, яке веде до духовного оновлення та єдності людини з життям і суспільством.

У Давній Греції музика розглядалася як єдність трьох мистецтв – поезії, танцю і власне музики. Піфагор, Платон та Арістотель підкреслювали її профілактичну та лікувальну силу, вважаючи, що гармонійне звучання мелодій і ритмів може відновлювати рівновагу не лише в душі, а й у тілі людини [1, с. 140-146].

У Давньому Китаї мистецтво, особливо музика, також використовувалося в лікувальних практиках. Відповідно до принципів традиційної китайської медицини, музика впливала на активні біологічні точки та внутрішні органи, гармонізуючи їх із ритмами природи. Цей соматопсихічний підхід передбачав, що кожен орган має свій психічний відповідник, а зміна тембру й висоти звуку може впливати на емоційний стан людини. Такий підхід можна вважати попередником сучасної системної моделі розуміння здоров’я людини [21].

У добу Середньовіччя мистецтво також вважалося важливим чинником лікування. Про лікувальний вплив музики писали Ібн Сіна, Іоан де Грохео, Амброз Паре, Джозеффо Парліно, Роберт Бартон. Італійський музичний теоретик Дж. Парліно, наприклад, згадував про філософа Сенократа, який повертав психічно хворим здоров’я звуками труби [20].

Як окрема галузь, що поєднує науковий і творчий підходи, арт-терапія почала формуватися у 1930-х роках ХХ століття. Сам термін “арт-терапія” вперше ввів у науковий обіг британський художник Адріан Гілл у 1938 році. Перебуваючи на

лікуванні від туберкульозу, він помітив, що малювання оточення сприяє його одужанню. Згодом він почав проводити заняття з живопису для інших пацієнтів, серед яких були поранені солдати після війни [4, с. 14-17]. Приблизно в той самий час метод арт-терапії почали застосовувати і в психологічній реабілітації дітей, які зазнали травматичного досвіду під час Другої світової війни, зокрема тих, що пережили перебування в фашистських таборах і були евакуйовані до США [16, с. 171-175].

У США розвиток арт-терапії як професійної практики пов'язують із діяльністю Маргарет Наумбурґ, яку часто називають “матір'ю арт-терапії”. Вона спиралася на ідеї Фрейда, згідно з якими підвідомі думки й переживання виражаються через образи, символи та невербальні форми, а не лише через слова [18].

Друга половина XX століття стала періодом інституціоналізації арт-терапії. У 1964 році були створені Британська асоціація арт-терапевтів та Американська арт-терапевтична асоціація, які визначили основні завдання нового напрямку — підтримку психічного та фізичного здоров'я через мистецтво [40], а у 1969 році у США була заснована Американська арт-терапевтична асоціація, які стали провідними організаціями в цій галузі [39]. У 1960–1980-х роках виникають перші професійні об'єднання та освітні програми, що сприяли узгодженню теоретичних основ і практичних методів арт-терапії [42]. Це стало вирішальним етапом у її становленні як повноцінного напрямку психотерапії. У 1980–1990-х роках розвиток арт-терапії відбувався на тлі глобальних соціокультурних змін: міграційних процесів, трансформації гендерних ролей, зростання міжкультурних контактів. арт-терапевти почали працювати в багатокультурному середовищі, враховуючи різноманіття світоглядів, традицій і мов. Це сприяло формуванню більш інклюзивного та культурно чутливого підходу, який став характерною рисою сучасної арт-терапії.

На даний час арт-терапія виходить за межі психіатрії, вона використовується в освіті, соціальній роботі, роботі з переселенцями, військовими. Активно розвивається і травма-фокусована арт-терапія (trauma-informed art therapy) для

роботи з жертвами воєн, геноцидів, природних катастроф. З'являються інноваційні підходи такі як: цифрове мистецтво (digital art therapy), VR та інтерактивні середовища та групові онлайн-практики. Таким чином, арт-терапія виникла на перетині психологічного, образотворчого мистецтва і медичної практики, але в сучасному контексті вона розширилася до міждисциплінарної системи лікування і соціальної підтримки, особливо в умовах війни.

Ще близько десяти років тому арт-терапію в Україні розглядали лише як допоміжний метод у психіатричних закладах. Це стало поштовхом до об'єднання фахівців, які вже мали успішний досвід у цій сфері, у професійне товариство – Арт-терапевтичну асоціацію, створену у 2003 році в місті Київ. Нині вона переросла у Всеукраїнську Арт-терапевтичну асоціацію, що об'єднує близько 140 учасників у 17 регіональних осередках країни. Основне завдання організації полягає у науково-просвітницькій діяльності, розвитку та поширенні арт-терапевтичних методів на теренах України [48].

Попри активний розвиток напрямку, в Україні ще не існує окремої професії “арт-терапевт”. Наразі арт-терапія виступає спеціалізацією для психологів та фахівців соціальної сфери. За роки діяльності Асоціація організувала десять міждисциплінарних науково-практичних конференцій “Простір арт-терапії”, які проводяться щорічно з 2003 року за участі провідних українських та закордонних спеціалістів із Швейцарії, Нідерландів, США, Литви тощо. Окрім конференцій, регулярно відбуваються семінари, майстер-класи, онлайн-зустрічі та супервізійні програми, що сприяють підвищенню кваліфікації фахівців і міжнародному обміну досвідом [48].

Важливою складовою розвитку руху є видавнича діяльність Асоціації, спрямована на популяризацію арт-терапії та обмін досвідом. В Україні вже опубліковано низку збірників статей, методичних посібників (зокрема “Арт-терапія в роботі практичного психолога”), а також матеріали конференцій [7]. З 2007 року

виходить періодичне видання “Простір арт-терапії”, яке висвітлює актуальні питання теорії та практики цього напрямку [49].

Арт-терапію сьогодні викладають у багатьох українських університетах як окремий курс для майбутніх психологів, педагогів і соціальних працівників. Крім того, на базі Українського науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи НАПН України в КНУ імені Тараса Шевченка (м.Київ) з 2007 року діє програма підвищення кваліфікації “Теорія і практика застосування арт-терапії в освіті та соціальній сфері: розмаїття підходів”, що включає як навчальні, так і терапевтичні модулі [50].

У закладах вищої освіти арт-терапія застосовується для розвитку професійної ідентичності майбутніх фахівців, активізації їх творчого потенціалу, формування рефлексивних і етнокультурних уявлень.

Приклади сучасних освітніх програм:

- Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького з 2023 року реалізує магістерську освітньо-професійну програму “Соціальна робота. Арт-терапія в соціальній сфері” зі спеціальності “Соціальна робота та консультування”. Це означає, що студенти магістратури навчаються із фокусом саме на арт-терапевтичні методи у соціальній роботі, зокрема із закріпленням практичної спрямованості [47].

- Львівський національний університет імені Івана Франка: курс “Арт-терапія в освіті” є нормативною дисципліною на освітній програмі “Соціальна педагогіка”, спеціальність 231 “Соціальна робота”. Дисципліна має практичну та лекційну частину, значну кількість годин практики, кредитів ЕCTS, включена у план як обов’язковий предмет для студентів відповідної спеціалізації [51].

- Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (Дуляк): вже раніше, але релевантно, курс “Арт-терапія” запропонований як вибіркова дисципліна на магістерському рівні для спеціальності “Клінічна психологія”.

Програма передбачає лекції, практичні та лабораторні заняття, самостійну роботу студентів, з акцентом на сучасні психотерапевтичні технології [52].

- Інститут післядипломної освіти Київського національного університету імені Тараса Шевченка організовує курси підвищення кваліфікації “Теорія і практика арт-терапії” для практичних психологів, педагогів, соціальних працівників. Хоч це не є частиною стандартної бакалаврської чи магістерської програми, ці курси надають офіційну спеціалізацію та практичні навички з арт-терапії [46].
- Основні риси української арт-терапії:
- поєднання творчої діяльності з психотерапевтичними практиками;
 - опора на традиції народного мистецтва;
 - активний розвиток у соціальній та освітній сферах;
 - мультидисциплінарність і відкритість до нових форм;
 - схильність до постмодерністських підходів у мистецтві та терапії.

В Україні арт-терапія поступово посідає важливе місце у сферах, де йдеться про розвиток, корекцію чи відновлення гармонії особистості. Вона виникла на перетині трьох дисциплін – медицини, психології та культури, – і саме цей міждисциплінарний характер визначив її широку сферу застосування.

Для української арт-терапії характерна помітна роль вербального спілкування – як у процесі створення творчої роботи, так і під час її обговорення. Такий зворотний зв’язок не лише підтримує терапевтичний процес, а й сам по собі стає важливим психо-терапевтичним чинником нарівні зі спонтанною творчістю клієнта. Тому, говорячи про сформовану українську арт-терапевтичну традицію, доречніше вживати термін “арт-психотерапія”, адже в ній поєднано власне творчу діяльність і глибоку рефлексію. На відміну від, наприклад, нідерландської моделі, де арт-терапевт і психотерапевт працюють окремо, в Україні обидві ролі часто поєднує один фахівець.

Ще одна характерна риса української арт-терапії – мультимодальність, тобто поєднання різних видів мистецтва в одному терапевтичному процесі. Вігчизняні арт-терапевти часто використовують кілька художніх форм одночасно, створюючи

цілєну систему творчого впливу. Аналіз сучасної літератури свідчить, що в практиці все складніше провести межу між окремими напрямками: наприклад, коли група спершу вигадує спільну казку, потім створює карту її подій, а далі розігрує її сценічно, – це водночас і казко-терапія, і арт-терапія, і драма-терапія [49]. Таке поєднання не є змішанням методів, а радше їх гармонійною інтеграцією. арт-терапевтичний процес за своєю природою є синтетичним: створення художнього образу завжди пов'язане з тілесним рухом, просторовим відчуттям, словесним коментуванням та емоційним проживанням. Мультиmodalьний підхід дозволяє максимально активізувати творчий потенціал учасників, допомагає підібрати найадекватніші способи самовираження для кожного та розширює можливості емоційної й комунікативної взаємодії в терапії.

У багатьох українських університетах арт-терапія викладається як окремий курс для практичних психологів, педагогів та соціальних працівників. Впродовж попередніх десятиліть арт-терапія в Україні здебільшого входила до складу вибіркових дисциплін або курсів підвищення кваліфікації, без статусу окремої освітньої програми. Педагогічні університети та факультети психології розглядали мистецькі та творчі методики, але переважно як доповнення до базової психологічної, освітньої чи соціальної підготовки, з обмеженою практичною складовою. Навчальні плани часто містили кілька годин лекцій або семінарів з елементами арт-терапії, однак без чітко визначеної спеціалізації чи фокусу на магiстерському рівні. Можливість самовираження через мистецтво позитивно впливає на становлення особистості, підвищує рівень самопізнання, знижує напруженість і тривожність, сприяє розвитку комунікативних навичок [8, с. 276-281].

Арт-терапія спирається на кілька ключових теоретичних напрямів, кожен із яких має власну методологію, цілі та акценти у роботі з клієнтом. Найбільш поширеними є психодинамічний, когнітивно-поведінковий та гуманістичний підходи.

Порівняльний аналіз, представлений у таблиці 1.1, базується на результатах нашого спостереження за роботою психологинь проекту, що включає спостереження

за поведінковими, емоційними та образними реакціями дітей під час застосування різних арт-терапевтичних технік. Узагальнення дозволяє чітко визначити концептуальні особливості основних підходів:

Таблиця 1.1

Порівняльний аналіз концептуальних підходів в арт-терапії

Підхід	Основна ідея	Методи	Головний акцент
Психодинамічний	Дослідження підсвідомих емоцій і внутрішніх переживань через творчу діяльність	Малювання, ліплення, робота з асоціаціями	Усвідомлення внутрішніх конфліктів і прихованих переживань
Когнітивно-поведінковий	Зміна неадаптивних переконань і поведінкових моделей за допомогою творчих технік	Створення колажів, візуалізації, метафоричних образів	Розвиток навичок саморегуляції та управління емоціями
Гуманістичний	Розкриття особистісного потенціалу через самовираження і творчість	Вільний вибір художніх засобів – малювання, музика, рух, письмо	Досягнення внутрішньої гармонії та самоприйняття

Психодинамічний підхід бере свій початок із психоаналітичної теорії, розробленої Зигмундом Фройдом та розвинутої Карлом-Іуставом Юнгом. У центрі уваги – дослідження несвідомих переживань, які проявляються через творчість. Головна мета полягає в тому, щоб допомогти людині усвідомити внутрішні емоційні конфлікти, страхи чи травматичний досвід і поступово їх опрацювати.

Когнітивно-поведінковий підхід інтегрує принципи арт-терапії з методами когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). Основна увага зосереджена на трансформації деструктивних переконань, автоматичних думок і поведінкових патернів за допомогою творчих інструментів. Метою є навчити людину усвідомлювати свої емоції, контролювати реакції та формувати більш адаптивні способи мислення й поведінки. Метою цього підходу є розвиток у клієнта здатності усвідомлювати, розпізнавати та регулювати власні емоції, думки й поведінкові реакції.

Гуманістичний підхід спирається на ідеї Карла Роджерса та Абрахама Маслоу, які наголошували на значенні самовираження, творчості та пошуку внутрішньої гармонії. Його основна мета – допомогти людині розкрити власний потенціал, досягти психологічного комфорту та встановити гармонійні взаємини із собою й оточенням [43].

У сучасній гуманітарній сфері активно ведеться пошук нових форм і методів психотерапевтичної роботи, що сприяло появі таких інноваційних різновидів арт-терапії, як ландшафтна, ініціаційна та постмодерністська.

Ландшафтна арт-терапія – це поєднання природного середовища та арт-терапевтичних практик утворює новий напрям допомоги людині. Цей підхід виник разом із розвитком ленд-арту, коли процес урбанізації спричинив зростання потреби мешканців міст у контакті з природою [10, с. 35-45]. Робота серед природних ландшафтів відкриває нові терапевтичні можливості, адже саме природа має потужний ресурс впливу на емоційний і психічний стан людини. Така взаємодія сприяє активізації внутрішніх сил, зміцненню впевненості у власних можливостях, розвитку самостійності мислення, здатності приймати рішення й брати відповідальність за власне життя. Вона допомагає усвідомити труднощі та пережити невдачі, щоб розпочати новий етап особистісного розвитку. Заняття на природі дають змогу використовувати нетрадиційні матеріали для творчості – природні об’єкти, елементи ландшафту, готові предмети довкілля. Таке поєднання мистецтва і природи не лише збагачує досвід учасників, але й виступає чинником психотерапевтичних змін.

Одним із прикладів застосування ландшафтноі арт-терапії стала навчально-терапевтична програма “Арт-калейдоскоп” [11], започаткована у 2008 році фахівцями Арт-терапевтичної асоціації в місті Шолокіне на узбережжі Азовського моря. Надалі проект планувалося розширити на інші регіони, зокрема Моршин та Шацькі озера. “Арт-калейдоскоп” створює умови для творчого спілкування, у якому люди можуть виражати себе через мистецтво та природу. Тут художніми засобами

стануть не лише фарби й пензлі, а й довкілля з його природними формами та фактурами. Основна мета програми – поєднати навчання, самопізнання й відпочинок. Молоді психологи та інші спеціалісти, що працюють у системі “людина – людина”, отримують можливість підвищити кваліфікацію, опрацювати особистісні проблеми, вивільнити емоції, розвинути рефлексію та творчість. Робота в природному середовищі підсилює терапевтичний ефект і створює позитивний емоційний фон.

Ініціаційна арт-терапія є важливим досягненням українських фахівців (Е. Вознесенська, А. Старовойтов, Н. Ткаченко) [9, с. 267-271]. Вона ґрунтується на ідеї включення процесів ініціації – переходу до нового етапу життя – у терапевтичну практику. Такий підхід відповідає глибинній потребі людини в екзистенційному досвіді й символічному переродженні. Традиційні ініціаційні ритуали різних культур (нанесення розписів на тіло, створення масок, виконання символічних дій) стали основою для сучасних арт-терапевтичних технік. Використання мультимедіального підходу дозволяє збагачувати ці практики, об’єднуючи елементи мистецтва, дії та символізму.

Українські арт-терапевти активно розвивають нові напрямки, пов’язані з використанням казкових і міфологічних сюжетів: легендо-терапію, міфодрама-терапію, роботу з героїчним епосом і жанром фентезі (О. Бреусенко-Кузнєцов, О. Плетка). Цікавою формою арт-терапії також є створення мультфільмів з терапевтичною метою (О. Голубєва, С. Мельниченко), де процес анімації стає способом вираження внутрішніх переживань і пошуку рішень [49].

Сучасний арт-терапевт посідає особливе місце у суспільстві: саме арт-терапія здатна стати джерелом творчої енергії, яка надихає на зцілення, розвиток і переосмислення. У постмодерному контексті арт-терапія перетворюється з простої техніки на спільний процес взаємного зцілення терапевта та клієнта.

Ключові риси постмодерністської арт-терапії:

- використання готових форм і матеріалів різного походження (наприклад, колажів);
- еклектичність – вільне поєднання різномірних і навіть суперечливих елементів, що створює мультимодальність;
- ігровий характер процесу, адже творчість у терапії – це завжди гра;
- звернення до архаїчних мотивів, міфів і колективного несвідомого, які природно виявляються у творчих проявах клієнтів [6, с. 26-37].

В межах постмодерного підходу арт-терапент і клієнт виступають співтворцями, рівноправними учасниками процесу. Центральним елементом стає взаємодія між терапевтом, творчим продуктом і клієнтом. Завдання терапевта – не давати інструкції, а спостерігати, відчувати та осмислювати, які емоції й асоціації пробуджує творчий продукт. У груповій арт-терапії постмодерного типу особливу увагу приділяють інтерактивності та самопрезентації: дії кожного учасника стануть важливою подією для всієї групи, викликаючи спільний емоційний відгук і стимулюючи процес глибокого взаєморозуміння.

Арт-терапія як метод психологічної допомоги дітям та підліткам набуває дедалі більшої популярності в Україні, особливо в контексті подолання травматичних переживань, спричинених війною. З 2022 року цей напрям активно інтегрується в роботу з дітьми, підлітками та дорослими, що постраждали від військових дій. Зростання значущості арт-терапії зумовлене її ефективністю, доступністю та можливістю адаптації до різних вікових та психологічних груп.

1.2. Театрально-сценічні практики як метод арт-терапії

Театрально-сценічні практики є важливим інструментом арт-терапії, який дозволяє дітям і підліткам відтворювати, аналізувати та переосмислювати власний досвід у безпечному середовищі. Завдяки драматичним імпровізаціям, рольовим іграм і театральному постановкам учасники можуть виразити свої почуття, пропрацювати травматичні переживання та знайти нові шляхи емоційного

відновлення. Театрально-сценічні практики є одним з методів за допомогою яких можна впливати на психічно-емоційний стан дітей та підлітків. З такими практиками вже працює організація “Art Dot” зі своїм проектом “Art Therapy Force”. Вони працюють з дітьми та підлітками від 10 до 16 років, та мають великий успіх.

Види театрально-сценічних практик:

1) Драматерапія — це психо-терапевтичний підхід, у якому використовується театрально-сценічна дія: рольова гра, імпровізація, сценічне відтворення образів та ситуацій. Завдяки театру людина може досліджувати особисті почуття, виражати складні емоції, переосмислювати досвід та знаходити внутрішні ресурси [44].

2) Плейбек-театр. Публічне мистецьке дійство, де актори імпровізовано “відзеркалюють” історії глядачів через усталений ритуал. За Дж. Фоксом та низкою українських авторів, плейбек не є психотерапією як такою:

- відсутня модель зцілення;
- немає обов’язкових терапевтичних умов (конфіденційність, закритість);
- інший “баланс влади” (актори не експерти з психічного здоров’я);
- інші рамки простору/часу/виразних засобів. Водночас підкреслюється його потужний психо-терапевтичний потенціал для особи, групи і спільноти (ефекти відновлення, соціальної згуртованості, створення публічного простору для особистих змістів).

Професійність плейбеку описується триєдністю: мистецтво — соціальна взаємодія — ритуал; мініатюра має максимально точно втілювати оповідь без інтерпретувань, а створений сценічний продукт може стати “матеріалом” для подальшої арт-терапевтичної роботи [19].

3) Лялько-терапія може бути складовою різних психотерапевтичних підходів — психо-драми, ігро-терапії, казко-терапії, арт-терапії. Існують різні форми такої роботи, проте однією з найефективніших вважається ляльковий театр. Цей метод особливо добре підходить для роботи з дітьми. “Вистава” може проводитися

індивідуально або в групі, а сюжет або створюється спеціально, або обирається з уже відомих п'єс чи казок.

Окрім театрального розігрування, терапевтичного ефекту може надавати процес створення ляльки. Наприклад, у методиці виготовлення площинної ляльки людина вирізає з картону образ, який символізує певний страх, підвищує його на нитці та отримує можливість “керувати” ним – що сприяє усвідомленню та подоланню емоції [41].

4) Казкотерапія – це метод, що використовує метафоричні образи для встановлення зв'язку між подіями казки та поведінкою людини в реальному житті. Через роботу з казкою людина усвідомлює свою внутрішню природу, унікальність, формує гармонію з собою та зовнішнім світом, розширює самосвідомість та інтегрує різні частини особистості.

Казка має вплив на декількох рівнях. На глибинному рівні вона допомагає контактувати з архетипами та соціальними установками. На особистісному рівні – дає можливість торкнутися дитячих переживань і побачити динаміку розвитку. Кожна людина може наповнити казку власним актуальним змістом, який відображає її життєвий досвід. Етапи арт-терапевтичної роботи з казкою включають: читання народних творів, аналіз змісту, створення власної історії, а також інтегративний етап, де відбувається осмислення пережитого досвіду.

Ефективність арт-терапевтичних, театрално-перформативних та креативних практик, має не лише практичне підтвердження, але й ґрунтується на значному масиві міжнародних наукових досліджень. Результати багатьох експериментальних і клінічних робіт демонструють, що творчі методи й театральні інтервенції здатні впливати на ключові фізіологічні та психоемоційні показники, зокрема на рівень гормонів стресу, які відіграють центральну роль у переживанні та подоланні травматичного досвіду. Наведені нижче дані свідчать про те, що використання мистецьких практик у роботі з дітьми – не лише гуманістичний чи педагогічний вибір, а науково підтверджений підхід, який сприяє зниженню стресових реакцій,

формуванню стійкості, поліпшенню соціальних навичок та загальному емоційному відновленню. Вони демонструють універсальність творчих методів і їхню здатність ефективно працювати з різними категоріями дітей – від госпіталізованих пацієнтів до учасників перформативних програм чи молоді з особливими освітніми потребами.

- Арт-терапія: У дослідженні, проведеному в Каліфорнійському медичному центрі, було виявлено, що участь у сеансах арт-терапії призводить до значного зниження рівня слинового кортизолу у госпіталізованих дітей [53].
- Театральні інтервенції: Програма “SENSE Theatre”[®], яка включає театральні заняття з дітьми з розладами аутистичного спектру, показала покращення соціальних навичок та зниження тривожності, що може бути пов’язано зі зниженням рівня стресу [54].
- Креативна діяльність: Залучення до творчих процесів, таких як малювання чи музика, сприяє вивільненню гормонів, що заспокоюють розум і тіло, замість кортизолу та адреналіну. Це допомагає людям з історією травм стати більш стійкими, спокійними та впевненими в собі [55].
- Майкл Таут довів, що ритмічні та музикотерапевтичні втручання активують моторно-емоційні центри мозку, спрямовані на відновлення регуляції та зниження симпатичної активності. У дітей це проявляється як зменшення гіперактивності та покращення емоційної стабільності [36].
- Європейське мультимедійне дослідження драматерапії показало, що регулярні театральні сесії призводять до зменшення симптоматики ПТСР, покращення саморегуляції та підвищення відчуття безпеки у підлітків-біженців [29].
- Експериментальні роботи Лінди Гіл підтверджують, що структурована терапевтична гра знижує рівень страху, нічних тривог та регресивних реакцій у дітей, які пережили травматичні події. Фактично гра стає “перехідним простором”, що дозволяє дитині інтегрувати складний досвід [24].

- Команда з Drexel University продемонструвала, що навіть 20 хвилин участі у творчих активностях знижують рівень кортизолу у 75% учасників. Ефект спостерігався в усіх вікових групах, включно з дітьми [28].
- Згідно з даними UNICEF, групові творчі заняття (театр, малювання, музика) допомагають дітям-біженцям відновити соціальні зв'язки, подолати ізоляцію та зменшити прояви тривожності. Арг-підходи визнані “одним із найбезпечніших способів роботи з травмою” [37].
- Метаналіз 41-го дослідження танцювально-рухової терапії показав значне зниження соматизованого стресу, покращення настрою та відновлення відчуття тілесної присутності у дітей та підлітків [30].
- Дослідження США демонструють, що участь у театральних постановках сприяє підвищенню рівня самооцінки та соціальної компетентності у підлітків, що пережили складні життєві обставини, оскільки рольова дія дозволяє безпечно "програти" травматичні переживання [35].
Театрально-спенічні практики – важливий інструмент арг-терапії, що поєднує катарсичний потенціал театру, наративну реконструкцію та соціальну підтримку групи. У дитячо-підлітковій роботі (особливо в умовах війни) вони забезпечують безпечну мову для опрацювання травм, відновлення контролю, розвитку спонтанності й соціальної компетентності. Різні гілки (драма-терапія, плейбек-театр, лялько- та казко-терапія) можуть комбінуватися в індивідуальних і групових протоколах, за умови дотримання рамок безпеки й етики.

РОЗДІЛ 2: ПРОФЕСІЙНИЙ ОСВІТНИЙ ПРОЄКТ ВЕРОНІКИ СКЛЯРОВОЇ

“АРТ ТЕАТРАРУ ФОРСЕ”: НАПРЯМКИ ДІЯЛЬНОСТІ ТА СТРУКТУРА КОМАНДИ

2.1. Проєкт “Арт Театру Форсе” як мультимодальний простір психоемоційного відновлення

“Арт Театру Форсе” позиціонує себе як професійний освітній проєкт, що має на меті інституціоналізувати та поширити методики відновлення психоемоційного здоров'я через творчість. Проєкт працює за мультимодальним підходом (поєднання музики, образотворчого мистецтва, театру, цифрових технологій) і орієнтується на роботу з вразливими групами: дітьми, ветеранами, внутрішньо переміщеними особами, волонтерами та професіоналами, які надають допомогу. Одним із центральних теоретичних положень є травмаінформована практика – підхід, що враховує нейробіологічні, соматичні й соціальні наслідки травми та фокусується на безпечному, поступовому відновленні ресурсів і регуляції. “Арт Театру Форсе” прагне зв'язати мистецьку практику з академічною та медичною експертизою: проєкт укладає партнерства з університетами наприклад з Львівською академією мистецтва, клінікою Librokop й міжнародними фахівцями (зокрема з експертами з музичної терапії, такими як професор Н. Осборн), щоб поєднати творчі методи з доказовими практиками в охороні психічного здоров'я.

Вероніка Склярова – театрознавиця, психолог-педагог, культурна менеджерка, засновниця Громадської організації далі ГО “Арт ДоГ” та керівниця проєкту “Арт Театру Форсе”. Демонструє поступову інтеграцію педагогічних, психологічних та театрознавчих знань, які згодом стали основою для створення й розвитку ініціативи “Арт Театру Форсе”. Вона народилась у Харкові, початкову освіту вона здобула у загальноосвітній школі, після чого навчалася у фізико-математичному ліцеї, що, за її словами, суттєво вплинуло на формування логічного мислення та аналітичного підходу до творчих процесів. У дев'ятому класі майбутня засновниця ГО “Арт ДоГ”

перейшла до гуманітарно-педагогічного коледжу, який згодом отримав статус інституту. Саме там відбулося її перше системне знайомство з педагогічною і психологічною освітою. Паралельно з навчанням у коледжі вона вступила до Харківського національного університету мистецтв ім. І. П. Котляревського, де здобула другу вищу освіту – за спеціальністю “театрознавство”. Таким чином, Вероніка поєднала педагогічно-психологічну підготовку з театральнo-сценічною практикою, що згодом стало ключем до формування її унікального міждисциплінарного підходу в роботі з дітьми та підлітками. Починаючи з третього курсу навчання, Вероніка Скірярова активно долучалася до організаційної та наукової діяльності, проявляючи інтерес до колективної творчості, міжнародних контактів і культурного менеджменту. У цей період вона стала частиною студентської спільноти, яка займалася проведенням науково-практичних конференцій міжнародного рівня. Саме тоді сформувалося її прагнення створювати та ініціювати нові культурні процеси, об'єднувати людей навколо ідей співпраці. У межах студентських ініціатив Вероніка брала участь у міжнародних освітніх поїздках до Литви та Львова, де разом з колегами організовувала студентські симпозиуми та конференції. Цей етап став важливим для розвитку її управлінських навичок і розуміння міжкультурного діалогу. Як зазначає сама дослідниця, тодішня діяльність не мала яскраво вираженого соціального підтексту – радше відзначалася науковим інтересом і прагненням розширити власний інтелектуальний простір. На четвертому курсі Скірярова отримала пропозицію працювати у Харківському будинку актора, який на той час об'єднував 22 недержавні професійні театри. Ця позиція стала її першим серйозним кар'єрним кроком, що дозволив перейти від студентських ініціатив до професійної діяльності у сфері театру. У межах роботи в Будинку актора вона взяла на себе кураторство фестивалю “Курбалесія”, започаткованого Євгеном Теодоровичем Русабровим – театрознавцем, педагогом, театральним критиком та Володимиром Микитовичем Гориславичем – режисером, засновником та художнім керівником театральних фестивалів. Майбутня керівниця відповідала за організаційний процес,

комунікацію з театрами та формування програми фестивалю. Однак уже через три роки вона почала критично осмислювати цей досвід, усвідомивши обмеження конкурсного формату, що часто оцінював вистави не за мистецькими, а за формальними критеріями. Згодом її розчарування посилилося через домінування російського впливу у лабораторній частині фестивалю, де основні методичні сесії проводили московські митці. Це стало для Вероніки переломним моментом, після якого вона вирішила змінити професійний напрямок і переосмислити роль театру у суспільстві. Новим кроком у цьому процесі стала участь у “Школі театральних лідерів” у Києві, організованій Йоанною Віховською (Варшава) – польською дослідницею театру, театральною критикинею та кураторкою, перфрорформеркою та драматургинею. Ця двотижнева програма об’єднала лідерів театральних осередків із різних країн Європи. Серед менторів були Гжегож Реске – один із провідних польських театральних кураторів, Урсула Четінська – словенська театральна менеджерка та культурна діячка, директорка “SanKaŭeŭ dom” у Любляні та Борка Павичевич із Сербії – театральна режисерка та драматургиня, засновниця Центру культурної детермінації в Белграді. Саме зустріч з Боркою Павичевич мала на Вероніку найглибший вплив. Вона вперше усвідомила театр не лише як естетичну чи спенічну форму, а як платформу громадянського суспільства, простір, де можна говорити про інклюзію, соціальну відповідальність і права людини. Павичевич наголошувала, що театр має стати місцем діалогу, експерименту та міждисциплінарних взаємодій – від хакагонів до публічних дискусій. Після завершення школи, у тому ж 2013 році, Скіярова вирушила до Любляни (Словенія) на місячну резиденцію, присвячену дослідженню державних і незалежних театральних рухів Словенії. Цей досвід дозволив їй побачити, як театральна система може бути водночас незалежною, але структурно підтриманою державою. У 2017 році разом із митцями з театру “Прекрасні квіти” – це незалежний професійний колектив, сформований у 2011 році випускниками Харківського університету мистецтв імені І. П. Когляревського (Артемом Вусиком – лауреатом театральної

премії Леся Курбаса, режисера, актора, драматурга та перформера, Горем Ключником – актором та директором театру “Нафта” та Денисом Чмельовим – актором та режисером). Саме того року ними було започатковано оригінальний сценічний напрям – фанк-футуризм, який і сьогодні визначає художню мову театру. Вони заснували громадську організацію “Art Dot” та започаткували фестиваль “ParadeFest”. Основною метою фестивалю стало переосмислення міського простору та стимулювання демократичних змін у суспільстві через мистецтво, освіту та соціальні ініціативи. Захід поєднував кілька програм: театральну, урбаністичну, освітню та музичну, включаючи вистави, перформанси, лекції, виставки та дискусії. Саме тут її діяльність набула чітко вираженого соціального виміру. Вона відповідала за програмну частину, фандрейзинг і стратегічне планування, формуючи цілі, місію та цінності фестивалю. Таким чином, від студентських ініціатив і наукових конференцій до керівництва масштабними мистецько-громадськими проектами простежується послідовна еволюція професійного світогляду Вероніки Скіярової – від академічного інтересу до глибоко соціально орієнтованого мистецького активізму, який пізніше втілюється у створенні проекту “Art Theater Force”.

Ідея створення “Kids Art Retreat Project” (дитячого мистецько-рекреаційного проекту) виникла як поступовий процес, у якому переплелися особисті переживання, міжнародні контакти та нагальна потреба підтримки сімей під час повномасштабного вторгнення Росії в Україну у 2022 році. На початку лютого 2022 року Вероніка Скіярова отримала листа від своєї подруги – сербсько-хорватської режисерки Ленки Удовічки, яка свого часу пережила вимушене переселення під час війни в Югославії. Її історія – втеча з країни разом із дев’ятиденною донькою – глибоко відгукнулася Вероніці, яка в цей самий час евакуювалася з Харкова з двома дітьми, переживаючи схожий стан невизначеності, страху та відповідальності. Листи Удовічки, сповнені ширих емоцій і спогадів, стали точкою опори в момент кризи. Саме тоді народилася перша ідея створити простір психоемоційного відновлення – не лише для митців, а й для сімей з дітьми, які зазнали травматичного досвіду війни. Ленка Удовічки, разом

зі своїм чоловіком, актором Радою Шербелжієно, вже мала подібний досвід: після війни в Югославії вони створили на хорватських островах Бріуні фестиваль “Ulisses”, що став безпечним простором для митців, які пережили травму війни. Там, через спільну творчість і театральну діяльність, люди поступово поверталися до творчого життя. Під впливом цього прикладу у Вероніки Скіярової сформувалася ідея провести перший ретрит для українських митців і їхніх дітей у Хорватії – як можливість поєднати мистецтво, підтримку і відновлення. Вже у перші тижні війни команда громадської організації “Art Dot”, до якої входили Світлана Бажєнова – театрознавиця та фінансова менеджерка, Юлія Артем’єва – менеджерка з логістики та інші фахівці, почали шукати шляхи реалізації цього задуму. Команда провела низку термінових онлайн-зустрічей, щоб визначити, як найефективніше використати наявні ресурси та експертизу, які раніше були зосереджені на культурних і театральних ініціативах. В результаті було вирішено адаптувати діяльність організації під психоосвітній і терапевтичний формат. Пропозиція Ленки Удовічки природно лягла в цей контекст, адже команда вже мала досвід створення програм та організації навчальних заходів. Після тривалого етапу фандрейзингу “Art Dot” отримала підтримку від USAID (United States Agency for International Development) – це Агентство США з міжнародного розвитку, урядова структура, що відповідає за надання зовнішньої допомоги іншим країнам. Засноване у 1961 році, агентство реалізує програми у сферах гуманітарної підтримки, розвитку громад, охорони здоров’я, освіти, економічного зростання та стабілізації суспільств, які переживають кризи чи конфлікти. USAID працює в більш ніж 100 країнах світу і є одним із найбільших міжнародних донорів, що підтримує демократичні інституції, соціальні ініціативи та системи захисту прав людини. У контексті України USAID активно фінансує гуманітарні, культурні та освітні проекти, спрямовані на підтримку населення, стійкість громад і подолання наслідків війни. Це фінансування дало змогу провести два перші retreat (ретрит – відновлення) в Хорватії. У них взяли участь понад 100 осіб – здебільшого жінки та діти з прифронтових міст, а також волонтери й

освітняні зі Львова. Ці програми стали освітньо-реабілітаційними просторами, спрямованими на емоційне розвантаження, відновлення комунікації та формування спільнот підтримки. Саме під час підготовки до цих заходів Ленка Удовічки познайомила Вероніку Скляріву з професором Найджелом Осборном – британським композитором, професором, музикотерапевтом і арт-терапевтом, який має значний досвід роботи в зонах конфлікту (Боснія, Ліван, Палестина). Спілкування з ним стало поворотним моментом у формуванні концепції “Art Theater Forge”. Завдяки його впливу Вероніка усвідомила, що в Україні майже відсутня система підготовка фахівців у галузі арт-терапії в межах вищої освіти. Це розуміння привело до ініціативи створити міжуніверситетську мережу підтримки мистецько-терапевтичних практик. Вона звернулася до Харківського національного університету мистецтв ім. І. П. Когляревського, своєї альма-матер, запропонувавши ідею впровадження додаткових навчальних модулів з арт-терапії для студентів театральних і музичних факультетів. Адміністрація університету відгукнулася з великим інтересом, відзначивши кризу функцій мистецтва в умовах війни і гострий дефіцит вступників. Таким чином, її особистий досвід зустрівся з потребами академічної спільноти – і на цьому стику народилася перша концепція “Art Theater Forge” як освітньо-терапевтичного руху. Другий хорватський табір став перехідним етапом від етапу допомоги до етапу побудови освітньої моделі. Саме тоді команда вирішила провести відкритий open call (відкритий прийом заявок на участь у проекті) для представників університетів, серед яких були Український католицький університет, Львівський національний університет імені І. Франка, Центральнотукраїнський університет імені В. Винниченка, представники з Івано-Франківська, Кропивницького та Харкова. У процесі обговорень між першим і другим табором постагла ідея нової назви – “Art Theater Forge”. За словами Вероніки, команда прагнула стати “силою, що підсилює процеси, які ще не почалися” – тобто каталізатором міждисциплінарної взаємодії та розвитку арт-терапії в освіті. Так з’явилася і позначка “zeto-zeto”, яка символізувала початкову точку, момент

зародження нового напрямку – розриву кола насильства та ретравматизації через мистецтво [12]. У підсумку громадська організація “Art Do!” створила проект “Art Therapy Forge” який орієнтований на розроблення сучасних підходів до роботи з воєнно травмовою, упродовження арт-терапевтичних методик у систему вищої освіти та створення міждисциплінарної спільноти фахівців, які поєднують інструменти мистецтва, психології й педагогіки.

Від початку з 2022 року проект “Art Therapy Forge” визначив три основні напрями діяльності, розширення напрямку “Arts & Health” (Мистецтво і здоров’я) в Україні, адвокація академічних підходів в арт-терапії та реалізація освітніх програм для митців, викладачів, психологів і волонтерів, які працюють із дітьми, ветеранами та громадами. Центральною метою проекту є допомога українцям у процесі психоемоційного відновлення, підтримка здоров’я, згуртованості громад та розвиток культури взаємопідтримки через мистецькі інструменти та інноваційні методи відновлення. Першим ключовим завданням команди стало розширення напрямку “Arts & Health” в Україні. Цей підхід охоплює як арт-терапевтичні практики, так і використання мистецтва в ширшому контексті – як засобу психологічного і фізичного оздоровлення. Організація проводить інтенсиви та воркшопи, що поєднують малярство, колаж, ляльковий/імпровізаційний театр і цифрові інструменти (VR (віртуальна реальність), відеоарт). На прикладі окремих подій демонструється модель “поєднаних практик”: воркшоп починається з тілесно-психоемоційної розминки (коригуючі вправи для регуляції), далі – творчий блок (малюнок, музика, театральна імпровізація або VR-досвід), завершення – безпечне обговорення/рефлексія і творче документування результатів. “Art Therapy Forge” також демонструє практичні кейси застосування VR-технологій у відновленні (пожертвування VR-окулярів до дитячих та ветеранських лікарень). Проект реалізує сесії безпосередньо у дитячих лікарнях, центрах для ВПО (внутрішньо переміщених осіб), притулках та реабілітаційних центрах. Практики включають: музичні сесії для дітей у лікарнях, арт-лабораторії у центрах для вимушено переміщених осіб,

театральні заняття із залученням сімей та громад. Це модель “виїздної терапії”, що поєднує артистів/психологів і місцеві інституції. У межах цього напрямку “Art Theater Forge” підтримує та розвиває різні форми мистецьких втручань, серед яких:

- VR-реабілітація – використання віртуальної реальності у процесах відновлення психоемоційного стану;

- X-System – проект, спрямований на підтримку дітей із епілепсією через музику. У цьому випадку музика не виступає як естетичний акт, а як допоміжний засіб, що сприяє стабілізації мозкової активності дитини.

Як зазначає В. Скларова, подібні ініціативи демонструють, що мистецтво може бути не лише формою вираження, а й дієвим терапевтичним ресурсом, який працює на фізіологічному рівні. Саме розвиток цього напрямку – інтеграції мистецтва у сферу здоров’я – став одним із стратегічних пріоритетів організації [12].

Для фахівців даного напрямку сформовані чіткі професійні стандарти і вимоги. Команда “Art Theater Forge” наголошує, що будь-яка терапевтична діяльність має бути сертифікованою та базуватися на міждисциплінарних знаннях – анатомії, фізіології, нейробіології, психології. Відтак організація співпрацює виключно з сертифікованими арт-терапевтами, які мають відповідну освіту і кваліфікацію. Такий підхід забезпечує етичну відповідальність і наукову валідність роботи з дітьми та сім’ями, що пережили травмагичний досвід. Водночас команда усвідомлює, що українське суспільство наразі має обмежену кількість кваліфікованих терапевтів. Тому важливою частиною діяльності проекту стала підготовка ширшої спільноти митців, педагогів і культурних лідерів, які можуть долучатися до процесів підтримки громад через мистецтво.

У межах третього напрямку “Art Theater Forge” реалізує освітні програми для митців, викладачів, психологів і волонтерів, які працюють із дітьми, ветеранами та громадами. Ці курси не перетворюють учасників на терапевтів, але надають їм травмаінформовані знання – розуміння того, як діяти етично, безпечно і коректно у роботі з травмованими людьми.

Зокрема, організація проводить короткотривалі курси та семінари з тем:

- травмаінформоване мистецтво;
- травмаінформоване лідерство;
- психоемоційна підтримка через творчість.

Такі навчальні програми орієнтовані на практиків – музикантів, акторів, художників, театральних педагогів, які вже працюють у притулках, дитячих будинках, ветеранських центрах, але потребують знання безпечних методів комунікації. Окремим напрямом є адвокаційна робота – просування ідеї мистецтва як ресурсу суспільного відновлення. Команда “Art Theater Forge” активно співпрацює з університетами, освітніми проектами, міжнародними партнерами, перекладає спеціалізовані матеріали, сприяючи формуванню української науково-методичної бази у сфері арт-терапії. Зокрема, організація виступає за те, щоб у вищих навчальних закладах України з’явилися окремі курси з арт-терапії та “Arts & Health”, а також міждисциплінарні освітні програми, які поєднують мистецтво, педагогіку і психологію.

Діяльність “Art Theater Forge” має послідовну, багаторівневу структуру:

- на рівні практики – це допомога людям через творчість;
- на рівні освіти – формування професійної спільноти травмаінформованих митців;
- на рівні політики культури – адвокація мистецтва як складової суспільного здоров’я.

“Art Theater Forge” – це приклад комплексного, мультидисциплінарного підходу до мистецької психосоціальної реабілітації в умовах війни: поєднання музичної терапії, театру, візуальних практик і цифрових інновацій дозволяє створювати різноманітні формати втручання, адаптовані до різних вікових і соціальних груп. Проект не лише проводить практичні інтервенції, а й системно працює над освітньою інфраструктурою (курси, літні-школи, інтеграція у ВНЗ), що сприяє інституціоналізації арт-терапевтичних практик в Україні.

Вибір учасників – один із найбільш емоційно складних етапів. Процес відбувається так: оголошується open-call у соціальних мережах та на офіційному сайті громадської організації, надходять сотні заявок, але можна прийняти обмежену кількість місць. Для дітей участь в проєкті є безкоштовною. Це породжує етичні дилеми – як справедливо визначити пріоритети серед сімей, які пережили сильні втрати. Скіррова чесно визнає: “хто ми такі, щоб по відео мотиваційному обирати з тисячі дітей 45?” [12].

Таблиця 2.1

Кількість учасників та хронологія таборів

Номер табору	Дати	Кількість дітей	Віковий діапазон
1	18–27 березня 2023	37 дітей	7–17 років
2	10–20 липня 2023	43 дітей	8–16 років
3	6–17 жовтня 2023	53 дітей	10–16 років
4	3–12 квітня 2024	45 дітей	10–16 років
5	7–18 жовтня 2024	50 дітей	10–16 років
6	31 січня–11 лютого 2025	45 дітей	10–16 років
7	7-18 квітня 2025 року	45 дітей	10–16 років
8	17-28 жовтня 2025	45 дітей	10–16 років

Команда табору – це поєднання митців і клініцистів: театральні ментори, музикотерапевти, тілесні практики, психологи, координатори логістики і медичні працівники. Такий склад забезпечує безпечну взаємодію й адаптацію практик під реальні потреби. “Ми використовуємо мультимодальний підхід” – і це означає, що до роботи залучають фахівців різної парадигми пише керівниця [12].

Процес створення арг-терапевтичного або театрального проєкту в межах діяльності “Art Theater Force” має циклічний і водночас гнучкий характер. Його побудовано на поєднанні стратегічного планування, командної співпраці, творчого мислення та постійної аналітичної рефлексії. Важливо, що робота не починається з

навичних ресурсів, а з усвідомлення цінностей, пріоритетів і місці організації. Першим етапом є формування ціннісного поля – визначення базових орієнтирів, які визначають суть і цілі діяльності. Для команди “Art Theater Forge” це – психологічна стійкість, саморегуляція, емпатія, рівність, інклюзивність та українізація культурного простору. Організація свідомо уникає розважальних форматів без терапевтичного чи виховного змісту, натомість спрямовує ресурси на розвиток внутрішньої сили та самосвідомості учасників. Після визначення пріоритетів аналізуються можливості: фінансування (зокрема грантові програми), людські ресурси, потенційні партнери, локації та матеріальні засоби. Формат проекту залежить від доступних ресурсів – наприклад, виїзний табір можливий лише за достатнього фінансування, натомість у разі обмеженого бюджету ініціатива може реалізовуватись спільно з іншими організаціями. Потім відбувається розробка загальної ідеї та концепції. На цьому етапі формується бачення – що саме буде створено, у якій формі, для якої цільової аудиторії та з якою метою. Концепція завжди пов’язана з основними цінностями організації: навчання саморегуляції, відновлення через мистецтво, спільність і безпечна взаємодія. Тепер можна починати формувати команду, створюється адміністративне ядро – менеджери, координатори, ментори. Командна структура гнучка, а окремі процеси можуть відбуватись паралельно. Важливо забезпечити баланс між досвідченими спеціалістами й молодими фахівцями, здатними до емпатійного контакту з дітьми. Потім визначаються критерії відбору – вік, соціальний контекст, мотивація. Після аналізу попередніх таборів вікову межу учасників було змінено з 8 на 10 років, адже молодші діти потребували більш ігрових форматів, що не відповідало основній концепції програми. Вибір місця проведення табору залежить від логістики, безпеки, природного середовища та умов для творчості. Паралельно визначаються ментори – фахівці з театру, музики, руху, арт-терапії. Програма адаптується до ресурсів і простору, формуються блоки занять і рефлексії. Після затвердження концепції відкривається набір. Відбір відбувається через анкетування, інтерв’ю та консультації з психологами. Комунікація з батьками є

обов'язковим елементом, адже забезпечує довіру й поінформованість. Відносно потреб закуповуються матеріали, узгоджуються питання харчування, медичного супроводу, транспорту. Під час цього етапу часто вносяться корективи в програму – залежно від локації, команди чи умов. Проводиться вступний семінар для всієї команди: ознайомлення з правилами безпеки, принципами ненасильницької комунікації, етичними нормами. Аналогічно учасники та батьки проходять інструктаж щодо правил поведінки, розкладу, принципів взаємодії. За кілька днів до початку на локацію заїжджають організатори, облаштовують простір, перевіряють технічну базу. Потім прибувають діти. Протягом табору відбуваються творчі заняття, театральні лабораторії, арт-терапевтичні майстерні, групові обговорення, творчі вечори, створення власних пісень, похід у гори.

Після завершення програми обов'язково збираються відгукки, проводиться анкетування, рефлексія з менторами. Марина Сльот – психологиння, музикантка та музикотерапевтка, готує загальнений звіт про емоційні зміни учасників. Збираються фото та відеоматеріали, формується архів. Після завершення табору команда аналізує досягнення запланованих результатів. У разі потреби переглядаються критерії відбору учасників, зміст програми, склад команди. Цей етап стає точкою переходу до наступного циклу проекту – вдосконалення концепції та повторного запуску.

Процес створення арт-терапевтичного проекту – це не лінійна послідовність дій, а динамічне коло, в якому кожен новий цикл ґрунтується на аналізі попереднього. Постійне повернення до цінностей і результатів дозволяє команді адаптувати програму, зберігаючи її ефективність і гуманістичну спрямованість. Такий підхід формує модель сталого розвитку творчих і терапевтичних ініціатив в умовах воєнних і післявоєнних викликів.

Розгляд історії становлення “Art Theater Force” та діяльності його засновниці Вероніки Склярової дозволяє побачити, що проєкт виріс із поєднання особистого досвіду, професійного шляху та суспільного запиту, сформованого війною. Біографічний і творчий шлях Склярової демонструє поступовий перехід від

традиційного театрознавства й культурного менеджменту до міждисциплінарної роботи, спрямованої на підтримку людей у кризових станах. Саме синтез педагогічних, психологічних та театральних компетенцій дав можливість створити формат, що поєднує мистецтво, емоційну грамотність і соціальну взаємодію. Завдяки команді яка працює на рівні практики (табори, творчі сесії, виїзні програми), освіти (курси, тренінги, інтеграція в університети) та культурної політики (адвокація мистецтва як складової суспільного здоров'я). Завдяки цьому проект став платформою, яка поєднує фахівців різного профілю – музикантів, психологів, театральних педагогів, клінічних терапевтів – і формує в Україні нову спільноту травмаінформованих митців. Важливим висновком розділу є усвідомлення того, що “Art Theater Forge” не обмежується окремими заходами чи таборами. Це цілісний рух, який прагне вибудувати сталі рішення для роботи з травмою в умовах, коли війна змінює не лише психоемоційний стан дітей і дорослих, а й сам статус мистецтва в суспільстві. Зміщення фокусу з розважальних форматів на терапевтичні та освітні свідчить про глибоку трансформацію ролі митця і театрального діяча – від творця продукту до фасилітатора змін. Проект також демонструє, що мистецтво може стати базою для формування нової культури взаємодії. Завдяки ретельно вибудованій системі цінностей – безпеці, емпатії, інклюзивності, підтримці, етичності – “Art Theater Forge” створює середовища, де діти, підлітки й дорослі не лише відновлюються, а й навчаються нових способів бути в спільноті. “Art Theater Forge” є однією з тих ініціатив, які поступово формують в Україні новий стандарт мистецько-терапевтичної практики. Він поєднує гуманістичну філософію, наукову обґрунтованість, творчий підхід та глибоке розуміння соціального контексту війни. Саме ця інтеграція робить проект ефективним, а його досвід – важливим для формування сучасних підходів до подолання воєнної травми серед дітей і підлітків.

2.2. Напрямки діяльності проекту “Kids Art Retreat Project”

У межах ініціативи “Art Therapy Force” проект “Kids Art Retreat Project” став одним із ключових форматів практичної роботи з дітьми та підлітками, які пережили наслідки воєнних подій. Програма поєднує мистецькі, психологічні та освітні компоненти, формуючи цілісний простір для емоційної стабілізації, творчого самовираження та відновлення соціальних зв'язків. Його діяльність побудована за кількома основними напрямками, що взаємодоповнюють один одного та забезпечують комплексний вплив на психоемоційний стан дітей.

Театрально-спенічні практики є одним з основних напрямків проекту. Кураторкою програми є Наталія Шаповалова (Харків/Львів) – акторка, лялькарка, театральна педагогиня, менторка з акторської майстерності. Вона відповідає за розробку акторських і театральних блоків, ведення груп, координацію творчих занять і узгодження методичних напрямів роботи команди. У своїй діяльності Наталія Шаповалова та її колега Ярослав Войтенко (Харків/Львів) – актор, ментор з акторської майстерності. Вони разом поступово сформували власну авторську методику театральної роботи з дітьми, яка є результатом багаторічного навчання, спенічної практики та педагогічного досвіду. Як зазначає Наталія, “у нас немає якоїсь окремої методики, і те, що ми використовуємо, – це насправді такий мікс з різних методик, з яким ми працювали в різних театрах і під час навчання” [15]. Методика, яку вони застосовують у таборах та студіях “Art Therapy Force”, базується на поєднанні різних шкіл театального мистецтва. Ярослав Войтенко у своїй роботі спирається на досвід польських театрив “Врама” – незалежний польський театр, заснований у 1996 році Даніелем Яцевичем у Голєнові. Колектив виник як молодіжна ініціатива в історичній Волинській брамі та згодом перетворився на впливову спільноту альтернативного театру. Театр відомий своїми фестивалями “ВРАМАГ” і “ЛАКНІЕНІА”, а також активною роботою з місцевою громадою через неформальну освіту, мистецькі проекти та міжнародні культурні партнерства. Та театр “А3” – це експериментальний польський театральний колектив, що працює на

перетині руху, музики та пантоміми, створюючи сценічні форми, які поєднують гротеск, абсурд, ритуал та іронічну повсякденність. Їхні вистави побудовані не на лінійному сюжеті, а на мережі взаємодій між акторами, де жест, тіло та емоційна динаміка стають основними інструментами оповіді. Ці театри представляють так звану “польську школу театральної лабораторії” – експресивну, пластичну та колективну за природою. Наталія Шаповалова, своєю чергою, черпає натхнення з навчання у Театральній академії ім. Зельверовича в Білостоці (Польща), де глибоко вивчала техніки театру ляльок і театру форми. Їхній нинішній підхід – це комплексний синтез кількох напрямів: “поєднання театру ляльок, театру форми, візуального мистецтва з драматичним мистецтвом і пластично-руховими практиками” [15]. Цей “мікс” дозволяє будувати навчальний процес не за шаблоном, а як живу, гнучку систему, що розвивається в залежності від конкретної групи, теми чи віку учасників.

Наступним напрямом проекту є музична терапія. Цей напрям представлений кількома фахівцями. Марина Сльот (Одеса) – музикантка, психологиня, сертифікована музикотерапевтка – проводить музичні сесії, інтегруючи психо-емоційний компонент у роботу з дітьми. Музика в її практиці постає терапевтичним інструментом, який сприяє емоційному розвантаженню та самовираженню. Григорій Семенчук (Львів) – музикант, куратор і продюсер – відповідає за створення творчих музичних семплів, співпрацю з музикантами-менторками та організацію музичної складової програми. До міжнародної співпраці залучений Рурі Осборн (Лондон) – мультиінструменталіст, який бере участь у музичних практиках, зокрема в межах X-System, і координує музичні заняття для дітей. Також у контексті розвитку арт-терапевтичних практик в Україні надзвичайно важливою стала діяльність британського композитора, педагога та музикотерапевта професора Найджела Осборна, який протягом 2022–2024 років системно працював з українськими університетами, лікарнями, волонтерами та дітьми, що постраждали від війни. З перших місяців повномасштабного вторгнення Осборн неодноразово приїжджав до

України, започаткувавши активну співпрацю з Українським католицьким університетом, Львівським національним університетом імені І. Франка та Харківським національним університетом мистецтв імені І. Котляревського. Саме в цей період було прочитано курс лекцій “Музика та творчість у громаді”, який поєднував теоретичну і практичну складову – заняття проходили безпосередньо у дитячому притулку у Львові (де на той час перебувало понад 60 дітей-переселенців) та у харківській дитячій лікарні №16. Ключовою особливістю підходу Осборна є інтеграція музики як засобу емоційного контакту, розвантаження й групової згуртованості. Під час зустрічей з лікарями, психологами, ветеранами, педагогами та волонтерами він наголошував, що музика може бути безпечною мовою для вираження того, що словами важко сказати. Окрім Львова та Харкова, Осборн працював у Черкасах, де зустрічався з музикантами, відвідував лікарні, спілкувався з пораненими військовими, демонструючи, як музика може виступати інструментом підтримки в умовах реабілітації. Восени 2022 року він приєднався до проведення двох освітніх ретритів “Ukrainian Artists Camp” у Хорватії, які об’єднали українських мисткинь і дітей-переселенців. Загалом за рік Осборн і його команда (зокрема Ленка Удовічі, Джонатан Уолтон, Клеа Френд, Рурі Осборн) провели близько 15 лекцій та 15 практичних занять, у яких взяли участь понад 750 фахівців і 720 дітей.

У 2023 році діяльність Осборна в Україні значно розширилась завдяки підтримці проекту “Art Thetaru Forge”. Було офіційно включено його лекційні курси у навчальні програми Українського католицького університету, Львівського національного університету ім. І. Франка, Харківського національного університету мистецтв ім. І. П. Котляревського та Центральноукраїнського університету ім. В. Винниченка. Основна тематика його роботи стосувалася психоемоційного здоров’я дітей, арт-терапії та музикотерапії у кризових станах. Заняття з дітьми відбувалися не лише у стінах університетів, але й у дитячих лікарнях, притулках, центрах творчості та реабілітаційних центрах. Осборн практикував роботу в партнерстві зі студентами

– майбутніми педагогами і психологами, які мали змогу безпосередньо спостерігати й долучитись до терапевтичних процесів.

Серед практичних результатів – музичні вистави та тренінги, які створювались разом з дітьми. Наприклад:

- “Монстр-опера” та відеопроект “Вертеп” у ЛНУ ім. І. Франка,
- вистава “Не бійся боїтись” у ХНУМ ім. Котляревського,
- цикл “Музичні казки” та “Музичні ранки” у харківській лікарні №16,
- створення “Лабораторії звуку” для дітей з обмеженими можливостями.

Також він брав участь у низці міжнародних конференцій – “Мистецтво в час кризи: навчання і терапія” (ЛНУ ім. І. Франка), “Війна. психотерапія травми” (УКУ) та інших, де презентував дослідження про роль музики як інструменту психологічної стабілізації дітей під час війни. Наприкінці року Осборн почав співпрацю з Прикарпатським національним університетом ім. В. Стефаніка, де провів лекцію та воркшоп “Мистецтво як засіб психологічної підтримки дітей” для близько 100 учасників. У підсумку 2023 року – 34 лекції, понад 35 музично-терапевтичних занять, участь понад 1200 дітей і дорослих. Він також долучився до “Kids Art Retreat Project” і “Family Art Retreat”, проводячи музичні сесії з дітьми та підлітками.

У 2024 році професор продовжив активну діяльність, охопивши чотири міста – Львів, Івано-Франківськ, Кропивницький і Харків. Щорічна тематика зосередилася на мистецтві як інструменті соціальної адаптації, реабілітації та підтримки осіб, які зазнали впливу війни. У Львові Осборн проводив лекції в університетах і міжнародних конференціях, а також 19 музикотерапевтичних занять у лікарнях Святого Миколая та Святого Пантелеймона – для дітей і військових. Особливо важливими стали його сесії у притулках і центрах психологічної підтримки, де він впроваджував власну методику роботи з дітьми з аутизмом. В Івано-Франківську Осборн проводив курс “Мистецтво і війна: педагогіка і практика”, поєднуючи лекції зі спільною творчістю студентів і дітей із синдромом Дауна. У Кропивницькому – 11 лекцій, 2 семінари і кілька практичних занять у Центрі комплексної реабілітації дітей

з інвалідністю, де брало участь понад 90 осіб. Окремим проектом став дитячий мюзикл “Як монстри рятували Рутенію”, створений разом з дітьми, батьки яких загинули або були поранені під час війни. У Харкові Найджел Осборн продовжив роботу з дітьми з ДДП (дитячий церебральний параліч) та порушеннями слуху, а також взяв участь у “Kharків Art Theater Day–2024”. Його діяльність стала можливою завдяки згадженій співпраці з українськими координаторами та волонтерами, які представляли різні міста та університети.

Діяльність Найджела Осборна в Україні з 2022 по 2024 роки стала унікальним прикладом поєднання мистецької педагогіки, психології та соціальної дії. Його підхід – це синтез академічної музики, психо-терапевтичних технік та інклюзивної творчості. Робота професора сприяла розвитку української арт-терапевтичної спільноти, підготовці студентів-практиків і формуванню мережі університетських програм, що поєднують освіту, терапію та мистецтво.

Ігровий компонент програми “Kids Art Retreat Project” забезпечує Ярослав Бондаренко (Київ) – організатор настільних ігор, який веде ігровечні практики, спрямовані на соціалізацію, розвиток комунікації та взаємодію учасників. Також під час проведення таборів відбувається створення настільних ігор, і це є дуже дієвою терапевтичною практикою тому що крім соціалізації дитина створює свої правила гри за якими потім грають інші люди, це круто працює з дисоціацією. Дисоціація – це складний психологічний процес, що проявляється у розриві цілісності сприйняття себе, пам’яті та емоційного досвіду. Вона може виникати як реакція на надмірний стрес, травму чи інші події, що перевищують можливості психіки до інтеграції пережитого. Фахівці трактують дисоціацію як захисний механізм, який дозволяє людині тимчасово відокремити болочі спогади або почуття від свідомого сприйняття, зберігаючи таким чином психологічну рівновагу. У короткостроковій перспективі це може бути адаптивним – людина “відсторонюється” від події, щоб вижити емоційно. Проте при хронічному або глибокому прояві дисоціація стає деструктивною, ускладнюючи контакт із реальністю, порушуючи емоційну

регуляцію та соціальне функціонування. До форм дисоціації відносять дисоціативні амнезії, стани фуги, епізодичні втрати часу, зміни у сприйнятті власного тіла чи особистості. Такі реакції часто зустрічаються в осіб із посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), депресивними або тривожними розладами. Особливо у дітей, які пережили війну, розлук, втрату чи насильство, дисоціація може проявлятися як “втеча у фантазію”, заціпіння або емоційна відстороненість. У терапевтичній практиці робота з дисоціацією передбачає поступове відновлення контакту з тілом, емоціями та теперішнім моментом. Ефективними методами вважаються когнітивно-поведінкова терапія, тілесно-орієнтовані підходи, а також техніка десенсибілізації і переробки травми рухами очей (EMDR). Водночас театральні-сценічні практики, що застосовуються в “Art Therapy Forge”, виконують схожу функцію: вони повертають “від’єдані” частини досвіду у безпечний простір гри та творчості. Через роль, маску чи символ дитина може безпечно виразити те, що неможливо сказати прямо, а колективна дія допомагає поступово інтегрувати відокремлені емоційні фрагменти у цілісний образ себе.

Отже, дисоціація є не лише симптомом травми, а й ключем до її розуміння, оскільки показує, яким чином психіка намагається себе захистити. Завдання арт-терапевтичних і театральних методів полягає в тому, щоб перетворити цю відчуженість на ресурс усвідомлення, прийняття та вираження, допомагаючи людині знову відчувати зв’язок із власними почуттями, тілом і світом. Тому Вероніка Скіррова наголошувала: “Травма це в першу чергу дисоціація з якою ми працюємо” [12].

Психологічний супровід табору здійснює Інна Хартова (Київ) – психологиня й травмотерапевтка та Марина Сльот (Одеса) – психологиня, сертифікована музикотерапевтка які опікуються емоційним станом дітей та допомагають у процесі проживання й опрацювання травматичних досвідів.

Тілесно-руховий блок веде Анастасія Стеценко (Тернопіль) – хореографка та психологиня, яка проводить рухові та тілесні практики. Її підхід базується на

поєднанні хореографії з невербальним вираженням емоцій, що допомагає дітям краще усвідомлювати власний психоемоційний стан.

Крім того, у кожній віковій групі дітей працюють координатори, психологи та медичні працівники, які забезпечують безпеку учасників, оперативно реагують на фізичні чи психологічні потреби дітей, створюючи стабільне середовище для творчого процесу та терапевтичного розвитку.

Таким чином, команда “Art Theater Force” поєднує професіоналів із різних сфер – театру, музики, психології, тілесних практик і педагогіки. Їхня співпраця формує цілісну систему підтримки, у якій творчість виступає ключовим інструментом подолання травматичного досвіду та відновлення внутрішніх ресурсів дитини. Отже: одне з довгострокових завдань команди – інституціоналізувати знання: розробити сертифікаційні програми та інтегрувати травмачутливі підходи у вищу освіту. Вероніка підкреслює: “ми додатково працюємо з сімома університетами... розробляємо сертифікаційну програму мультимодального підходу” – це ключова стратегія для масштабування та підвищення якості практик [2]. Водночас вона зауважує брак гідної академічної підготовки в Україні сьогодні та наголошує на необхідності розширення магістерських та сертифікаційних програм [12].

Але звісно як і у всьому при створенні таких масштабних проєктів виникає багато труднощів:

- емоційне навантаження команди (робота з глибокими травмами, ветеранами, сім'ями);
- етичні дилеми під час відбору учасників;
- фінансова нестабільність і необхідність диверсифікації грантів (основний донор згадується “Tette des Nommes”, але цього замало для масштабування).

Керівниця проєкту відкрито говорить про складність балансу між масштабністю потреб і реальними ресурсами: “я не в тій позиції, коли я можу відмовляти... але ми не можемо робити табори на тисячі дітей” [12].

Отже: “Kids Art Retreat Project” – це не формат “малювання заради розваги”, а цілеспрямована, травмоцуглива серія інтервенцій, яка створює безпечний простір для відновлення, соціалізації і розвитку здібностей. “Я дуже хочу, щоб цей проект був непотрібним” [12] – тобто остаточна мета інституції полягає в тому, щоби суспільство стало настільки стійким і системним у підтримці, що подібні проекти більше не будуть критично необхідними – підсумовує Скіярова. Наразі вона продовжує освіту у Київській школі економіки, де завершує другу магістерську програму зі спеціалізації “Дослідження пам’яті та публічна історія”. Цей етап став логічним продовженням її наукових і практичних пошуків у сфері культурної пам’яті, колективного досвіду та впливу історичних травм на індивідуальну свідомість – тем, які безпосередньо перетинаються з діяльністю “Art Theater Forge” і концепцією подолання дитячих воєнних травм через театральну-сценічні практики.

Аналіз напрямків діяльності “Kids Art Retreat Project” демонструє, що програма вибудована як багаторівнева, міждисциплінарна система, у якій кожен компонент – театральну-сценічний, музикотерапевтичний, тілесно-руховий, психологічний чи ігровий – виконує чітку функцію в процесі відновлення дітей. Усі напрямки не існують окремо: вони діють синхронно, утворюючи єдиний терапевтичний простір, де творчість, гра та методична структура поєднані так, щоб підтримувати дитину в різних аспектах її емоційного, соціального та тілесного стану.

РОЗДІЛ 3. ТЕАТРАЛЬНІ, МУЗИКОТЕРАПЕВТИЧНІ ТА ПЕРФОРМАТИВНІ ПРАКТИКИ ДЛЯ ДІТЕЙ

3.1. Теоретичні та етичні фундаменти театральної терапії

Театр, театральні студії та перформативні практики давно використовуються у психотерапії та соціальній роботі як інструмент, що дозволяє дітям та підліткам виражати внутрішні емоції, формувати власний голос, опрацьовувати травми та будувати соціальні зв'язки. Особливо в умовах війни, коли традиційні вербальні методи можуть бути недостатньо комфортними або ефективними, театральна складова (імпровізація, драма, ляльковий театр, сценічне представлення) надає простір для творчого, часто символічного опрацювання болю, страху, втрат.

Під час реалізації арт-терапевтичних програм у межах “Art Theater Forge” ми переконалися, що театр має виняткову здатність створювати простір, у якому діти можуть не лише висловлювати свої емоції, а й безпечно проживати травматичний досвід. Це не лише інструмент творчого розвитку – це форма комунікації, де гра і спільна дія стають основою відновлення довіри до себе і світу. Одне з головних правил, яким керується команда mentors (Ментор – це компетентний фахівець із підтвердженим професійним та життєвим досвідом, який здійснює індивідуальний супровід менш досвідченої особи з метою її професійного становлення та особистісного розвитку. Менторинг ґрунтується не на передачі нормативних інструкцій чи готових рішень, а на створенні умов для самостійного осмислення, прийняття рішень та розширення рефлексивних здібностей менті. У цьому процесі ментор виступає водночас фасилітатором, консультантом і носієм експертного знання, забезпечуючи підтримку через запитання, аналітичні коментарі, моделювання ситуацій та надання релевантних прикладів із власної практики. Далі ментор) отож головне правило не нав'язувати учасникам заздалегідь підготовлені сценарії. Наталія Шаповалова підкреслила: “Не можна приходити до дітей із готовим шаблоном, бо одна і та сама вправа у різних групах може “зайти” по-різному: там, де

в одних вона дасть прорив, в інших залишиться безрезультатною” [15]. Цей підхід вимагає від педагога гнучкості, емпатії та готовності постійно адаптуватися до динаміки групи. Кожна дитина реагує на мистецькі завдання по-своєму – хтось одразу включається, хтось спочатку спостерігає, а іноді навіть відмовляється від участі. Завдання ментора – відчутти момент, коли можна запропонувати інший формат, нову гру чи інший темп. Наталія пояснює це дуже просто: “Ми намагаємось адаптувати те, що в нас є в багажі, безпосередньо до тієї чи іншої групи” [15]. У цьому принципі закладена і педагогічна, і терапевтична логіка. Дитина відчуває, що її темп, її реакції – це не проблема, а частина процесу. Це створює базове відчуття безпеки, без якого неможливе відновлення після травматичного досвіду. Перед початком занять ментори проводять коротке знайомство – грають прості ігри на довіру, спостерігають, як діти рухаються, реагують, взаємодіють між собою. Такий “теплий старт” дозволяє створити атмосферу прийняття, у якій дитина не відчуває себе об’єктом навчання, а активним учасником. На основі цих спостережень формується щоденний план занять, який завжди має запас альтернативних вправ, щоб у разі зміни настрою або енергії групи можна було плавно перейти до іншої активності.

За нашими спостереженнями театральні вправи ніколи не починаються з серйозних тем. Вони стартують з гри – тому що гра є тією первинною мовою дитячого досвіду, через яку діти спілкуються з реальністю. Саме у грі знімається тривожність, народжується спонтанність, а отже – з’являється довіра. Як зазначає менторка: “Театр дозволяє трошки відсторонитись і через гру працювати з серйозним матеріалом, не перевантажуючи дитину” [15]. У таборі вони реалізують цей принцип через символічні дії: використання ляльок, масок, предметів, тіней, ритму. Це дає можливість дитині висловити те, що вона не може або не хоче сказати словами. Наприклад, вправа “Маска емоції” пропонує дітям створити з паперу або тканини власну маску, яка відображає їхній настрій. Потім вони рухаються, мовчки “розповідючи” історію цієї маски. Після вправи відбувається коротке обговорення –

діти часто самі формулюють, що маска “була сумна”, “сердилась”, “сміллась”, – і таким чином вчаться розпізнавати власні емоції через метафору. Наталія Шаповалова наголошує, що головна умова цієї роботи – повага до кожного учасника: “Ідея кожного була почута” [15]. Це не просто педагогічний принцип – це етичний фундамент театральної терапії. Коли дитина відчуває, що її історія має цінність, вона починає відкриватися, взаємодіяти з іншими і поступово долає ізоляцію, спричинену страхом чи болем.

Одним із найбільш важливих етапів роботи стає створення спільної вистави. Це не традиційна постановка за сценарієм – уся структура народжується з того, що приносять діти. “Ми завжди спираємось на ідеї і тексти, які приносять нам діти” – зазначає наставниця [15]. Кожна сцена виростає з реальних переживань, думок або фантазій учасників. Діти обговорюють теми, які для них важливі: дружбу, страх, дім, втрату, мрії. Потім група вибудовує візуальний або пластичний образ, який виражає цю тему. Для когось це може бути рух, для когось – звуковий ритм, а іноді – просте мовчання, яке теж має значення. Цей процес вчить дітей співпраці, довірі й самоусвідомленню. Головна ідея полягає в тому, щоб дитина не відчувала тиску результату – важливим є не фінальний показ, а процес, який вона проходить разом із групою. Наталія підкреслює, що створення вистави має не лише мистецький, а й етико-терапевтичний вимір: “Ми уникаємо експлуатації дитячих історій. Для нас морально-етична рамка – обов’язкова” [15]. Саме тому на кожному етапі процесу діти мають право відмовитися від публічного показу своїх сцен або змінити тему, якщо відчують, що не готові її проговорювати. Це принцип “травма інформованого мистецтва”, який гарантує безпеку та повагу до особистого досвіду.

Тривала робота з дітьми є запорукою стійкого результату, так як окрему увагу Н. Шаповалова приділяє тривалості терапевтичних процесів. Вона наголошує, що короткі арт-терапевтичні втручання важливі, але не можуть замінити стабільних, довготривалих програм. “Діти змогли в новому місті побудувати для себе нове безпечне пристанище” [15], – говорить вона, описуючи досвід волонтерського

проекту “студія VESNORIA” у Львові, яка діє вже третій рік. Ця студія стала для дітей не просто місцем занять, а спільнотою довіри, де вони навчилися підтримувати одне одного, слухати й висловлювати себе через творчість. Саме в таких ставих форматах помітно, як діти змінюються: зменшується рівень тривожності, з’являється впевненість у власних силах, формується навичка комунікації. Досвід цієї студії показує, що психоемоційне відновлення не відбувається миттєво. Воно вимагає часу, регулярності й сталості взаємин між педагогами та дітьми. Довготривала робота дозволяє поступово розкривати потенціал дитини, не форсуючи процес і не створюючи ризику повторної травматизації.

Важливим аспектом роботи з дітьми та підлітками є драма-терапія і тому в нашій роботі доцільно буде залучити напрацьовані Майкла Рейсмана (США, драма-терапевта і дослідника), – який поєднує клінічний досвід із соціально-психологічними та театральними підходами у роботі з травмою. Рейсман має багаторічну практику у сфері групової драматерапії, працював із людьми, які пережили воєнні конфлікти, системне насильство та соціальну нерівність. Його праці ґрунтуються на філософії міжособистісної справедливості, моделі “перехідного простору” Дональда Віннікотта (Велика Британія – британського педагога і психоаналітика, одного із провідних представників школи об’єктних стосунків у психоаналітичній традиції) [38], тобто етичній взаємодії терапевта й учасника, а також на концепції емпowerment (розширення можливостей) – повернення людині відчуття впливу й суб’єктності. Застосування поглядів Рейсмана є релевантним, адже “Арт Терапу Фогсе” працює з дітьми, які проживають наслідки війни, втрати та хронічної небезпеки. Його підхід дає можливість поєднати театральні, музичні, тілесні та групові інтервенції в логічну модель, що відображає і реальні механізми відновлення, і ті етичні засади, яких дотримується команда проекту. Підходи Майкла Рейсмана дозволяють переосмислити етичні засади драма-терапії у бік більшої рівності й партнерства між учасником і терапевтом. Спираючись на ідеї Карла Роджерса (американського психолога, одного із засновників гуманістичної психології

та автора клієнт-центрованого підходу в психотерапії. Він розробив концепцію терапевтичних стосунків, заснованих на безумовному позитивному прийнятті, емпатійному розумінні та автентичності терапевта), він підкреслює, що людина ефективніше відновлюється, коли має свободу вибору і бере участь у визначенні власних цілей [34]. Принцип “співприсутності” замінює традиційну модель “фахівець → клієнт” на горизонтальну співпрацю, що особливо важливо для дітей, які пережили досвід безсилля у воєнних умовах. У роботах Рейсмана також відчутний вплив Якоба Морено (австрійсько-американського психіатра, соціолога і театрального реформатора, засновника психодрами, соціодрами та соціометрії. Його підхід ґрунтується на принципі спонтанності, рольової дії та колективного взаємодіяння. Морено вважав, що терапевтичний процес повинен розгортатися через проживання ролей і взаємодію в реальному часі, що сприяє емоційному розвантаженню та відновленню соціальних зв’язків. Його концепції стали фундаментом для сучасної драматерапії та групової психотерапії [31]. Паралельно проглядається зв’язок з підходами Рене Емуна (американська дослідниця і практик драматерапії, професор Каліфорнійського інституту інтегральних досліджень СПС, авторка впливової моделі п’яти фаз драматерапевтичного процесу. Її підхід підкреслює поетапний перехід від емоційного хаосу до структурованого творчого висловлення, де поєднуються імпровізація, рольова дія та рефлексія. Емуна зробила значний внесок у стандартизацію й академізацію драматерапії як клінічної дисципліни [23]. Крім цього, Рейсман спирається на принципи Філа Джонса (британського професора та одного із провідних теоретиків драматерапії, автора моделі “семи функцій драматерапії”, що охоплює емоційне вираження, рольовий розвиток, соціальну інтеграцію та особистісний ріст. Його роботи систематизують різні драма-терапевтичні школи та формують методологічну базу для практиків. Джонс підкреслює значення гри, уяви та символічних процесів у психотерапії [27]. Саме ці функції і формують базу етичної взаємодії у театральньо-терапевтичному просторі.

З точки зору психології, застосування театральних методів у роботі з дітьми, які пережили війну, має кілька важливих функцій:

1. Катарсична функція – діти вивільняють напруження через дію, гру або символічне відтворення ситуації.
2. Комунікативна функція – спільна творчість допомагає відновити довіру до групи, розвиває відчуття підтримки.
3. Рефлексивна функція – через створення сцен, образів і рухів дитина усвідомлює власні почуття, вчиться їх називати й приймати.
4. Інтеграційна функція – мистецька діяльність поєднує раціональне й емоційне, відновлюючи цілісність особистості після розщеплення, викликаного травмою.

У театральних вправах активуються ті самі психоемоційні процеси, які в терапії описують як “переказ історії” або “безпечне переживання”. Тобто дитина повторно проживає подію, але в умовах гри та підтримки, що знімає страх і поступово формує відчуття контролю над власними емоціями.

Досвід театральньо-сценічних студій Нагалії Шаповалової, впроваджений у межах діяльності “Art Theater Force”, демонструє, що театральньо-сценічні заняття можуть бути ефективним інструментом подолання травми війни у дітей і підлітків. Її підхід спирається не на терапевтичну жорсткість, а на емпатійний діалог, гнучкість і повагу до внутрішнього ритму кожної дитини. В основі цієї методики – ідея “живого театру”, який постає не як педагогічна технологія, а як простір взаємодії, довіри та гри. Відсутність фіксованого сценарію дозволяє створювати умови для саморегуляції та самовираження, що є ключовими механізмами відновлення психоемоційного балансу. Вона перетворює театральну діяльність на процес співтворення, у якому дитина є не пасивним отримувачем знань, а активним учасником – співавтором вистави, власної історії та власного одужання. Саме завдяки цьому театр набуває психотерапевтичної функції – допомагає безпечно пережити травматичний досвід, перевести його у творчу дію і символічну мову мистецтва. Важливою особливістю цього підходу є його етична виваженість. Принцип добровільності, право на

мовчання, обережне ставлення до особистого досвіду учасників формують атмосферу психологічної безпеки, без якої арт-терапія втрачає свій сенс. Крім того, довготривалість програм доводить що сталість театральних практик створює ефект “острівця безпеки” – середовища, де діти не лише відновлюються, а й поступово формують навички комунікації, емпатії, довіри й самоприйняття. Таким чином, практичний досвід Наталії Шаповалової є показовим прикладом того, як сценічна діяльність у поєднанні з травмаінформованим підходом може виконувати роль не лише освітнього чи мистецького процесу, а й терапевтичної практики, спрямованої на зміцнення, інтеграцію та зміцнення особистості дитини.

3.2. Міжнародна практика Даррена Абрахамса та Генрі Редвуда у роботі з дітьми

У 2025 році під час співпраці з ініціативою “Art Therapy Force” британські дослідники й практики Даррен Абрахамс – оперний вокаліст і фахівець із роботи з травмою, який реалізує себе у ролі фасилітатора (фахівець, який організовує, підтримує та спрямовує груповий процес, забезпечуючи ефективну взаємодію його учасників. Його завдання полягає не у безпосередньому керуванні групою чи нав’язуванні рішень, а у створенні умов, що сприяють відкритому обміну думками, співпраці та досягненню поставлених цілей). Та керівником програм у галузі особистісного розвитку, міжкультурної взаємодії та підтримки громад. Він співпрацює з ініціативою “Musicians Without Borders”, де виступає тренером і консультантом, навчаючи музикантів застосовувати музику як інструмент миротворення. Крім цього, Абрахамс є засновником організації “The Human Nive”, що займається підготовкою фахівців у сфері травма-інформованих практик, та співзасновником музичного колективу One World Orchestra, який досліджує тему “Дому” та належності через музичні форми. Його багаторічний досвід роботи у зонах конфліктів та суспільствах, що пережили війну, дозволив сформуувати глибоку експертизу у створенні безпечних середовищ і розвитку спільнот через мистецькі

засоби. Та Генрі Редвуд – британський дослідник і практик у сфері травмаінформованого підходу, режисер та культурний менеджер, який спеціалізується на роботі з громадами, що пережили наслідки війни, переселення та соціальних криз. Його діяльність охоплює розробку програм, спрямованих на відновлення психологічної та соціальної стабільності через мистецтво, зокрема через театральні та перформативні форми. Редвуд є співтворцем концепції травма-чутливого мистецтва, що поєднує знання про психологію травми з практиками творчого вираження. Він працює як фасилітатор та консультант у міжнародних ініціативах, зокрема у проєктах, присвячених підтримці біженців, молодіжних спільнот і культурних організацій у кризових регіонах. Завдяки досвіду роботи в мультикультурних середовищах Редвуд зосереджується на створенні безпечних умов для участі, розвитку групової динаміки та формуванні почуття взаємної підтримки – елементів, необхідних для відновлення людей і спільнот після травматичних подій. Вони представили лекцію “Trauma-Attuned Arts” (Травма-чутливе мистецтво) (які як і більшість програм проводяться спільно з перекладачем) – розширений варіант підходу, який вони розробляють спільно з професором Найджелом Осборном, Веронікою Сгляровою та докторкою Анжеллою Кеннеді (ексочільницею служби травми у Національній службі охорони здоров’я Великої Британії). Ця лекція мала значний вплив на формування українських арт-терапевтичних практик, адже стала спробою системно осмислити, як мистецтво може бути не лише травма-інформованим, а й травмо-чутливим – тобто таким, що здатне відчувати, реагувати та взаємодіяти з травмою у живому процесі взаємин. Абрахамс наголошує, що знання про травму саме по собі не є достатнім: “Розуміти, що таке травма, – це ще не означає вміти працювати з нею” [45]. Таким чином, травмочутливе мистецтво пропонує перейти від формального знання до реляційної практики, у центрі якої – живий контакт, співпереживання, емпатія й довіра.

Теоретична модель, яку презентували дослідниці, передбачає 360-градусне розуміння травми – не лише як психологічного явища, а як системного процесу, що

охоплює тіло, соціум, екологію та політику. Цей підхід отримав назву біо-психо-соціо-еко-політичного.

Згідно з моделлю, травма впливає на кілька рівнів:

1. Біологічний – фізіологічні реакції тіла, порушення сну, гіпер збудження, соматичні симптоми.
2. Психологічний – емоційні й когнітивні реакції, дезорієнтація, відчуття безпорадності.
3. Соціальний – руйнування зв'язків, довіри, комунікації.
4. Екологічний – відчуття втрати середовища, дому, простору безпеки.
5. Політичний – системні чинники насилля, нерівності, війни, що утримують суспільство у стані постійної напруги.

Як наголошують автори концепції, працювати з травмою лише на індивідуальному рівні – недостатньо. Якщо суспільство продовжує залишатись у травматизуючому середовищі, то навіть успішна терапія не зможе бути довготривалою. Тому мистецтво, на думку Абрахамса і Редвуда, повинне діяти як мультикомпонентна система, що одночасно лікує, навчає і об'єднує громади.

Одним із центральних понять у лекції є “Flow” (потік) – який символізує відновлення руху життєвої енергії після травматичної “зупинки”. “Травма робить нас застиглими – у тілі, у думках, у стосунках. Завдання мистецтва – повернути людину до потоку – емоційного, тілесного, енергетичного” підкреслює Даррен Абрахамс [45].

У межах театральних і арт-терапевтичних занять цей принцип проявляється через рух, голос, гру, імпровізацію. Саме такі інструменти використовуються в “Art Thearu Forge” – від лялькових вистав і пластичних етюдів до спільних перформансів і музичних імпровізацій. Робота з потоком допомагає дітям не лише звільнитися від емоційних блоків, а й переживати складні емоції без повторної травматизації – через естетичну дистанцію, символ і гру.

Генрі Редвуд підкреслює, що час у роботі з травмою не є лінійним. Він говорить про “множинні часовості” – різні ритми, у яких суспільство проживає колективний досвід війни. “Досвід травми в Україні не є одномоментним – це одночасно пострадянська, воєнна і поствоєнна травма, які переплітаються у свідомості людей” [45]. Саме тому процес мистецької терапії не можна вимірювати за шкалою “до” і “після”. Він має циклічний, повторюваний характер, подібний до руху кола або спіралі, що кожного разу повертає людину до нового рівня розуміння себе. Таке сприйняття часу співзвучне з досвідом “Art Therapy Forge”, де робота з дітьми триває поетапно – через повторювані табори, тривалі студії, повернення до знайомих практик, що дозволяє поступово переосмислити власний досвід без примусу до “зцілення”. Важливою частиною концепції є співвідношення “шкоди” (harm) і “зростання” (growth). Дослідники навмисно відмовляються від термінів “одужання” чи “реабілітація”, оскільки вони припускають повернення до “попереднього стану”. Редвуд пояснює: “У контексті війни повернення до “до” не має сенсу. Зростання – це постійний рух уперед, створення нових умов, у яких травма не повторюється” [45]. Ця ідея має особливе значення для українського досвіду, адже робота “Art Therapy Forge” також спрямована не лише на стабілізацію, а й на формування нових форм стійкості, емпатії та взаємної підтримки.

Модель Абрахамса і Редвуда включає шість ключових компетенцій, які визначають професійну готовність митця працювати з травмою:

1. Розуміння влади – усвідомлення політичних і соціальних структур, які впливають на досвід травми.
2. Зв’язок між тілом і свідомістю – робота через тілесність як засіб регуляції емоцій.
3. Екологічна чутливість – сприйняття довкілля як частини процесу зцілення.
4. Культурна обізнаність – повага до локальних традицій і символів.
5. Робота з комплексністю – розуміння, що кожна історія травми є багатовимірною.

6. Етичне виробництво – створення мистецтва, у якому учасники залишаються власниками свого досвіду.

Саме ці компетенції нині інтегруються у практичну діяльність “Art Therapy Forge”, формуючи основу травмаінформованого лідерства серед педагогів, митців і волонтерів

Даррен Абрахамс у лекції підкреслює, що травмо-чутливе мистецтво не є терапією у вузькому сенсі, а радше соціальною практикою, яка створює спільноти підтримки та колективного відновлення: “Ми не просто лікуємо травму – ми формуємо суспільство, у якому травма не відтворюється” [45]. Для України, яка переживає наслідки війни, цей підхід є надзвичайно актуальним. Він пропонує не лише індивідуальне відновлення, а й модель культурного відродження, де мистецтво стає платформою для діалогу, емпатії й співтворення. Ідеї, викладені Дарреном Абрахамсом і Генрі Редвудом, значно розширюють рамки розуміння арт-терапії. Вони показують, що робота з травмою через мистецтво – це не кінцева мета, а процес постійного зростання, перетворення і співжиття з досвідом. Цей підхід є надзвичайно цінним, адже саме він формує наукове підґрунтя для інтеграції театральних практик у систему психоемоційного відновлення дітей, створюючи не лише терапевтичний, а й соціокультурний ефект.

Концепція травмо-чутливого мистецтва може бути доповнена ідеями Рейсмана про ігровий простір (playspace), який він розвиває, спираючись на теорію Дональда Віннікотта. Він розглядав гру як “перехідну зону” між внутрішнім і зовнішнім світом, де людина може безпечно експериментувати з почуттями [38]. Рейсман трансформує цю ідею в соціально-психологічну: playspace стає місцем, де з’являється новий досвід – досвід безпеки, взаємності та можливості бути почутим. Цей простір він називає також простором справедливості, апелюючи до філософії Джона Ролза (американського філософа, автора концепції “справедливості як чесності”, яка стала фундаментальною для сучасної політичної теорії та етики. У своїй праці “Теорія справедливості” він запропонував ідею рівності прав і “завіси

незнання” як основу для формування справедливих суспільних рішень. Його підходи широко застосовуються у сферах соціальної роботи, освіти та терапевтичних практик, де важливо забезпечити рівність, безпечність і повагу до кожного учасника групи [32]. У театральному процесі це означає, що кожен учасник має рівне право на вираження, ініціативу й корекцію дій. Рейсман також звертається до моделей Сью Дженнінгс (британської антропологині та драматерапевтки, засновниці моделі Embodiment–Projection–Role (EPR)), що пояснює розвиток гри та рольових дій у дітей. Її концепція розглядає тілесність, проекцію та ролі як базові рівні психічного розвитку та як інструменти терапевтичної інтервенції. Дженнінгс також працює на перетині театру, ритуалу та соціальної терапії, та Девід Рід Джонсон (американський психолог і драматерапевт, співавтор методу Developmental Transformatiоns (DVT)), який зосереджується на імпровізації, тілесній присутності та взаємодії “тут-і-тепер”. Його дослідження акцентують на важливості невизначеності, гри й емоційної пластичності як чинників терапевтичної зміни. Метод Джонсона широко використовується у клінічних, освітніх та соціальних середовищах. Сью та Девід наголошували, що тілесність, символічна репрезентація та рольова дія формують єдиний механізм відновлення емоційної цілісності [25][26]. Саме ця логіка співзвучна з підходами Абрахамса і Редвуда, оскільки травмо-чутливе мистецтво потребує чутливості до тіла, історії й емоції одночасно.

Розглянувши погляди Даррена Абрахамса та Генрі Редвуда на природу травмо-чутливого мистецтва, ми стикаємося з потребою ширше осмислити, яким чином мистецькі практики реагують на травму та працюють із нею в умовах війни. Саме на цьому етапі виникає необхідність звернутися до порівняння двох ключових концепцій – “trauma-informed art” (травма-інформованого мистецтва) та “trauma-attuned art” (травмо-чутливого мистецтва). Повернення до концепції травма-інформованого мистецтва є важливим із кількох причин. По-перше, травма-інформований підхід формує фундаментальні правила безпеки, без яких будь-який творчий процес може стати ретравматизуючим. Це базовий рівень, що

забезпечує передбачуваність, повагу до меж, чіткі структури та відсутність примусу. По-друге, саме травма-інформований протокол дозволяє командами, подібним до “Art Therapu Forge”, створювати етичні умови, де учасники не відчують загрози, де враховано природу їхнього досвіду, а також де є м’яка, але послідовна підтримка. По-третє, порівняльний аналіз дає можливість побачити якісну еволюцію від простої поінформованості про травму до здатності бути в живому емоційному контакті з дитиною, групою, їхнім станом та їхніми реакціями. У цьому контексті травмочутливий підхід, запропонований Абрахамсом і Редвудом, стає наступним етапом – рівнем, де важливо не лише “знати про травму”, а й уміти чутливо з нею взаємодіяти, створювати простір гри, руху та стосунку, який підтримує природний процес відновлення. Саме тому порівняльний аналіз цих двох моделей є не допоміжним, а необхідним елементом дослідження. Він дозволяє зрозуміти, чому “Art Therapu Forge” у своїй діяльності відходить від формальних терапевтичних схем і обирає живий, гнучкий, реляційний формат, що відповідає реаліям війни та множинності українського досвіду травми.

Порівняльний аналіз концепцій trauma-informed (травма-інформованого) та trauma-attuned (травмо-чутливого) мистецтва показує, що обидва підходи взаємодоповнюють одне одного, але мають різний рівень глибини та практичної спрямованості. Травма-інформоване мистецтво зосереджується насамперед на створенні безпечних умов для учасників, розумінні природи травми й запобіганні повторній регравмагізації. Це базовий, але необхідний рівень роботи, який формує структуру захисту – чіткі правила, етичні межі, передбачуваність і довіру у процесі творчості. Травмо-чутливе мистецтво, як його окреслили Даррен Абрахамс і Генрі Редвуд, виходить за межі цього рівня: воно передбачає живе співналаштування з емоційним станом групи, тілесну й емпатійну присутність митця, гнучке реагування на зміни, що виникають у процесі. У цьому контексті педагог або терапевт виступає не як фахівець, який “знає”, а як співучасник досвіду, який підтримує і розділяє процес разом із дітьми. Для практики “Art Therapu Forge” цей перехід від

“інформованості” до “чутливості” став визначальним. Програми проекту – зокрема “Kids Art Retreat Project” – засвідчили, що найкращі результати досягаються не тоді, коли діти виконують певний сценарій терапії, а коли вони відчують себе співавторами процесу. Мистецтво в такому форматі не просто лікує, а переосмислює досвід травми як джерело сили, творчості та нового соціального зв’язку. Таким чином, травмочутливе мистецтво є наступним етапом розвитку арт-терапевтичних практик: воно об’єднує психологічну глибину, культурну відповідальність і соціальну дію. У межах діяльності “Art Theater Forge” цей підхід формує нову педагогічно-терапевтичну культуру, у якій театр, музика й образотворче мистецтво стануть мовою співпереживання, безпечного діалогу і поступового зростання після війни.

Аналіз концепцій травма-інформованого та травмо-чутливого мистецтва, а також практичних підходів Даррена Абрахамса і Генрі Редвуда, дозволяє стверджувати, що мистецькі інтервенції в умовах війни не можуть бути одномірними чи зведеними до окремих технік. Робота з травмою у дітей вимагає одночасної дії на кількох рівнях – біологічному, емоційному, соціальному, екологічному та політичному. Травма-інформований підхід забезпечує необхідний фундамент: передбачуваність, структуру, етичні межі та гарантію безпеки. Він дозволяє уникнути регресивізації та створює умови для стабілізації. У свою чергу травмо-чутливий підхід пропонує вийти за межі формальної обережності: він передбачає активне співавторування з дитиною, гнучку присутність, реляційність та роботу в “живому потоці” взаємодії. У поєднанні ці два підходи дозволяють створити цілісну модель мистецької підтримки, в якій театр, музика, рух та гра слугують не лише засобами вираження, а й механізмами повернення до емоційного та тілесного “поточку”. Це відповідає українському контексту, де травма має не лише індивідуальний, а й історичний та колективний характер. Досвід “Art Theater Forge” – від театрално-сценічних практик до “Kids Art Retreat Project” – демонструє, що мистецтво може слугувати не лише простором терапії, а й середовищем формування

нової стійкості, емпатії та соціальної згуртованості. Травмо-чутливий підхід розширює траєкторію зцілення: він не намагається повернути дитину до стану “до травм”, а підтримує її у процесі зростання, трансформації та переосмислення досвіду. Таким чином, театральні, музичні та творчі практики, інтегровані в діяльність “Art Theater Forge”, формують нову модель психоемоційної підтримки дітей та підлітків – модель, у якій мистецтво стає не лише інструментом відновлення, а й основою для відбудови культури співжиття, взаєморозуміння та безпечних стосунків у суспільстві, що переживає наслідки війни.

3.3. Музикотерапевтичні та перформативні студії Марини Сльот

Після аналізу театральних-сценічних практик та концепції травмо-чутливого мистецтва варто окремо розглянути музикотерапевтичний компонент діяльності “Art Theater Forge”, який є важливою складовою комплексного підходу до психоемоційного відновлення дітей. Як показує досвід команди, саме поєднання звуку, ритму, дихання й руху створює найстійкіший ефект зниження стресу та формування внутрішнього відчуття безпеки. У цьому напрямі особливо цінним є внесок психологині та музикотерапевтки Марини Сльот, її практика поєднує мистецтво, тілесну роботу й психологію. Музика та театральна гра в цьому контексті не є розв'язкою, а діють як інструменти психоемоційної регуляції, що допомагають дитині повернути контроль над власним тілом і почуттями. Важливим аналітичним джерелом для розуміння цієї роботи стало інтерв'ю з Мариною Сльот, яка протягом кількох років бере участь у програмах “Art Theater Forge”. Її спостереження та практичний досвід дозволяють глибше осмислити терапевтичний потенціал творчості у подоланні дитячих воєнних травм. В основі підходів “Art Theater Forge” лежить ідея, що гра є природним способом переробки травматичного досвіду. У грі дитина не просто забуває про біль – вона проживає його у символічній, безпечній формі, набуваючи досвіду контролю над емоціями. Музика в цьому процесі виконує роль емоційного посередника: через ритм, дихання, спів і спільну імпровізацію діти

навчаються синхронізувати свої внутрішні стани. Як показали спостереження Марини Сльот, саме колективне музикування – коли діти разом створюють прості ритми, пісні чи звукові композиції – формує ефект “емоційного резонансу”, тобто відчуття єдності, підтримки й спільного руху [14]. Театрально-сценічна діяльність доповнює цей процес, оскільки вона дозволяє поєднати звук, рух і слово. Завдяки цьому дитина не лише слухає або говорить, а й включає тіло у процес відновлення, що є важливим у подоланні наслідків травм.

Сучасні дослідження у сфері психофізіології підтверджують, що кортизол – гормон стресу – накопичується в організмі під час тривалого страху, небезпеки чи втрати. В умовах війни це стосується не лише дорослих, а й дітей. “Art Theater Force” активно використовує творчі методи, що мають антикортизолний ефект. Це спільне співання, танцювально-рухові практики, дихальні вправи, ритмічні ігри, театральні етюди. Такі активності, як зазначає Сльот, природно вивільняють напругу, активують парасимпатичну систему й повертають організм у стан спокою. Ці спостереження співвідносяться з загальними принципами травмоцупливого мистецтва, де потік, дихання і ритм виступають ключовими елементами відновлення. Участь у творчому процесі допомагає дитині перейти від тілесної скутості до внутрішнього руху, від хаосу до гармонії.

Особливістю програми є різні методологічні підходи, так як з різними віковими групами краще працюють різні активності. З аналізу досвіду М. Сльот можна зробити висновок, що віковий чинник суттєво впливає на вибір терапевтичних засобів. Молодші діти (10–11 років) реагують краще на гру, тілесність, дотик і прості музичні завдання. Їм потрібна структурована, але тепла атмосфера, де дорослий виступає не в ролі “вчителя”, а радше “грайливого супутника” [14]. Підлітки 12–15 років, які переживають гормональні зміни й соціальну вразливість, частіше прагнуть індивідуального визнання. Для них терапевтичним стає публічне вираження – участь у перформансах, створення власних сцен, текстів чи музичних творів. Тут, як зазначає психологиня, дорослий має виступати ментором і партнером, який

допомагає дитині побачити свій внутрішній ресурс, але не нав'язує готових рішень [14].

Аналіз практики “Art Theater Forge” показує, що музикотерапія та театральна гра є взаємопов’язаними елементами однієї системи. Вони спільно створюють простір, де дитина відчуває тіло, звук, рух і слово як єдине ціле. У таких заняттях музика не лише супроводжує театральну дію – вона стає емоційним каркасом, що утримує групову динаміку. Театр, своєю чергою, перетворює звук і ритм у драматичний жест, уможливаючи катарсис. Це підтверджує і Марина Сльот, наголошуючи, що музика в терапії не є метою, а засобом – як пігулка, яка “лікує не сама по собі, а через реакцію організму на неї” [14].

Тому спільна робота психологів, музикантів і театральних педагогів у проєктах “Art Theater Forge” – це приклад мультимодальної арт-терапії, коли різні види мистецтва діють у взаємодії, посилюючи один одного. Наші спостереження за практикою “Art Theater Forge” показують, що музикотерапевтичні та театральні практики мають взаємодоповнювальний характер. Обидва напрями працюють із тілесною пам’яттю, голосом, диханням і ритмом – тими природними каналами, через які дитина може висловити невисловлене.

У своїй статті Рейсман описує перформативні взаємодії як спосіб повернення агентивності, коли учасник переходить від пасивного переживання травми до активної взаємодії з реальністю [33, с. 3, 5-8]. Це співзвучно ідеям Аугусто Боала (бразильського режисера, драматурга і теоретика театру, творця “Театру пригноблених”, соціально-політичної системи театральних практик, спрямованих на подолання нерівності та пасивності глядача. Він розробив поняття “спект-акторів” – учасників, які одночасно є глядачами й акторами та можуть впливати на перебіг подій. Боал розглядав театр як інструмент соціальної трансформації, емансипації та розвитку критичної свідомості. Його методи активно використовуються у психологічній допомозі, освіті та громадських ініціативах [22]. У музично-рухових і театральних практиках “Art Theater Forge” ця логіка виявляється через можливість

дітей створювати власні сцени, ритми та ролі, що дає досвід контролю й творчої сили. Крім цього, перформативна дія активує ті рівні, які описували Емунна та Джонс: емоційне вивільнення, структурована імпровізація, взаємодія з групою та поступове формування нових моделей поведінки [23][27]. У цьому сенсі музикотерапія і театр працюють як єдина система, де звук, рух і роль стануть інструментами стабілізації нервової системи та соціального відновлення.

Поєднання гри, руху, музики та спільної дії дає змогу дітям:

- знижувати рівень фізіологічного напруження;
- відновлювати здатність до спілкування й емпатії;
- зміцнювати відчуття контролю над власним тілом і станом;
- перетворювати тривогу на енергію творчості.

Музикотерапевтичний напрям у діяльності “Art Theater Force” є одним із найефективніших інструментів роботи з наслідками дитячої воєнної травми, оскільки поєднує фізіологічний, емоційний і соціальний рівні впливу. На відміну від суто психологічних підходів, музикотерапія не вимагає вербалізації травмагнічного досвіду. Дитина може “говорити звуком”, реагувати через ритм, рух, дихання, що особливо важливо для тих, хто ще немає слів, щоб описати свій біль. Театральні практики, у свою чергу, надають цим звукам структуру, сюжет і символічний вимір. Саме завдяки театру музика переходить із рівня емоційного розвантаження до рівня колективного проживання, коли кожен учасник відчуває себе частиною спільної історії. У цій взаємодії музика виступає енергетичним ядром, а театр – контейнером для досвіду. Разом вони створюють умови для емоційного звільнення без повторної регравмагізації. Музика знімає напругу, театр дає сенс, а спільна творчість формує довіру. Підхід, який розвиває Марина Сльот у співпраці з “Art Theater Force”, демонструє, що творчість може виконувати роль психофізіологічної регуляції, відновлюючи природний баланс між тілом і свідомістю. Це дозволяє дитині поступово інтегрувати свій досвід, зміцнити ідентичність і повернути здатність до радості.

Аналіз музикотерапевтичних та перформативних практик у діяльності “Art Therapy Forge”, зокрема досвіду Марини Сльот, демонструє, що творчість у її різних формах створює унікальні умови для відновлення дітей, які пережили воєнну травму. Музика, ритм, рух, дихання та театральна гра формують інтермодальний простір, у якому дитина може висловити те, що важко або неможливо передати словами. У таких процесах відбувається не лише емоційне розвантаження, а й відновлення тілесної пам’яті, регуляція нервової системи, зниження рівня кортизолу та повернення відчуття внутрішнього контролю. У контексті війни, коли тривога, небезпека та невизначеність стали невіддільною частиною повсякденного життя, цей підхід набуває особливого значення. Музикотерапія та театральні-сценічні методи дозволяють дитині знову відчувати життя, рух, звук, власне тіло – те, що часто блокується під впливом сильних стресованих подій. Через ритм і гру діти наче “виходять” із внутрішнього заціпеніння, повертаються до взаємодії та починають вибудовувати зв’язок із реальністю в безпечному темпі. Не менш важливим результатом програми є соціалізація. Учасники таборів “Art Therapy Forge” походять із різних регіонів – багато хто з прифронтових територій, де діти місяцями живуть в укриттях, майже не бачаєть одноклітків і взаємодіють лише в онлайн-середовищі. Для значної частини з них табір стає першим місцем за довгий час, де вони можуть вільно зустрічатися, дивитися одне одному в очі, торкатися, сміятися разом і творити в реальному, а не цифровому просторі. Щоденні обстріли, небезпека дорог, переїзди, вимушені переміщення – усе це спричиняє глибоке роз’єднання між дітьми. Багато з них підтримують зв’язок із друзями лише у месенджерах, не маючи можливості обійняти чи побачити одне одного наживо. Саме тому “Kids Art Retreat Project” виконує не тільки терапевтичну, а й важливу соціальну функцію: він повертає досвід спільності, співдії, дружби, живої присутності. Діти вчаться знову бути поруч, слухати одне одного, підтримувати молодших та рівних, створювати нові зв’язки – все це є ключовим елементом відновлення після травм.

3.4. Результативність діяльності “Kids Art Retreat Project” (2023–2025)

Програма “Kids Art Retreat Project” – це один із найпомітніших практичних напрямів діяльності громадської організації “Art Dot” у межах ініціативи “Art Therapy Forge”. Її запуск відбувся навесні 2023 року як спроба створити освітньо-реабілітаційний простір для дітей, підлітків і фахівців допомагаючих професій, які пережили наслідки війни. Перший (березневий) проект мав експериментальний характер і тривав 10 днів. У ньому взяли участь 18 дітей (7–12 років), 19 підлітків (13–17 років) та 22 дорослих – ментори, психологи, супровідники та студенти профільних закладів освіти. Географія учасників охоплювала Харківську, Херсонську, Одеську, Миколаївську, Запорізьку, Дніпропетровську, Сумську та Чернігівську області. Метою табору було створення екологічного середовища, у якому діти змогли б безпечно прожити емоції, відновити внутрішню стабільність і навчитися навичкам самодопомоги. Одночасно для дорослих проводилися практичні тренінги з арт-терапії, тілесно-орієнтованої терапії, музичної й танцювальної практики. Починаючи з 2023 року, “Art Therapy Forge” послідовно вдосконалює методику арт-терапевтичних таборів, спираючись на принципи добровільності, безоціночності, партнерської взаємодії (“рівний – рівному”) та психологічної екологічності.

Усі програми поєднують різні форми творчості:

- акторська майстерність – допомагає долати замкнутість, розвиває емпатію, координацію та самоповагу;
- музикотерапія – через ритм і звук стабілізує емоційний стан, синхронізує групову динаміку;
- рухова й танцювальна терапія – знижує фізичну напругу, активізує тілесну пам’ять;
- прикладна творчість – малювання, колаж, ліплення, аплікації, створення спільних картин;

- створення відео і текстотерапія – допомагають осмислити власний досвід через історію або візуальний образ.

Для молодших груп акцент робиться на грі, увазі, емоційній безпеці; для підлітків – на самовираженні та соціальній інтеграції.

За підсумками березневого табору 2023 року, більшість учасників на початку перебування демонстрували високий рівень тривожності, скутості, настороженості. Під час фінального оцінювання фахівці зафіксували значне покращення психоемоційного стану: діти стали вільнішими у вираженні почуттів, активніше комунікували, проявляли ініціативу.

За даними анкетування:

- 100% дітей відзначили позитивне враження та бажання повторної участі;
- 98% батьків повідомили про помітні покращення у фізичному та психологічному стані дітей;
- 34% молодших і 53% старших учасників відзначили нормалізацію сну, підвищення енергійності та покращення апетиту;
- 89% молодших і 85% старших назвали серед основних емоцій радість, задоволення, подив, захоплення, натхнення.

Батьки зазначали, що після табору діти стали спокійнішими, уважнішими, проявляли інтерес до навчання, відчували впевненість і внутрішню силу.

У квітні 2024 року “Art Theater Forge” реалізувала черговий табір, у якому розширила програму за рахунок нових терапевтичних напрямів і міждисциплінарної співпраці. Особливу увагу було приділено музичним і тілесним практикам, створенню колективних виступів, співтворенню артоб’єктів.

Результати моніторингу продемонстрували високий рівень адаптації та соціальної згуртованості:

- 95,6% дітей висловили бажання повторної участі;
- 97% знайшли нових друзів;
- 93,4% дізналися нове та отримали корисний досвід;

- 82,2% відзначили покращення сну, апетиту й рівня енергії;
- 68,8% помітили позитивні зміни у власному самопочутті вже протягом 10 днів;
- 98% змогли реалізувати власні творчі ідеї.

Психологи відзначали появу емоційної стабільності, зниження тривожності та агресії, формування навичок взаємопідтримки. Водночас діти продемонстрували глибше усвідомлення власних почуттів і меж, уміння говорити про них, що свідчить про зміцнення контактів із собою.

Сьомий табір, який відбувся у 2025 році, засвідчив новий етап розвитку “Art Therapy Force”. Програма охопила інтернаціональний формат – до роботи долучилися фахівці з Іспанії та Великобританії. Художниця Сейла Фернандес Арконада (Берлін – міждисциплінарна художниця, чия практика зосереджена на темах екосоціальної нестабільності, з особливим акцентом на водних середовищах та їх вразливості. У своїх проєктах вона активно взаємодіє з локальними громадами та конкретними територіями, досліджуючи сучасні екологічні й соціальні проблеми через поєднання різних мистецьких і дослідницьких підходів. Її робота ґрунтується на принципах тілесного пізнання (embodied learning), формування відчуття належності до місця, а також на деколоніальних, екофеміністичних і травмаінформованих практиках, що дозволяє створювати чутливі до контексту та інклюзивні мистецькі формати. Вона провела арт-прогулянки, що поєднували практики усвідомленості з образотворчим мистецтвом, а британський арт-терапевт Майкл Рейсмен – серію занять із драма-терапії. Така міжкультурна взаємодія сприяла розвитку інтегративного підходу, коли різні види мистецтва працюють у синергії.

Згідно з опитуванням учасників:

- 100% дітей зазначили, що їм сподобалося перебування у таборі;
- 98% висловили бажання брати участь знову;
- 95% дізналися щось нове;
- 73% помітили позитивні зміни у поведінці та характері;
- 75% зафіксували покращення сну й апетиту;

- 87% відзначили переважно позитивні емоції – радість, натхнення, спокій, відчуття безпеки.
100% батьків підтвердили позитивний вплив програми на емоційний стан дітей: вони стали впевненішими, спокійнішими, проявляють більше самостійності та ініціативи. Порівняльний аналіз трьох років реалізації проекту демонструє поступову еволюцію програми – від базового реабілітаційного табору до комплексної міждисциплінарної системи відновлення.

Таблиця 2.2.

Рік	Основні досягнення	Ключові показники
2023	Запуск формату “Kids Art Retreat”; формування базових методик арт-терапії	100% позитивних відгуків дітей; 98% позитивних оцінок батьків
2024	Розширення напрямів (музикотерапія, тілесна терапія); удосконалення діагностики; акцент на соціальній взаємодії	95,6% дітей бажать повтору; 93,4% нових знань; 82,2% покращення сну
2025	Міжнародна інтеграція, залучення іноземних арт-терапевтів; розширення географії; впровадження драма-терапії	100% позитивних вражень; 73% поведінкових змін; 87% стабільних позитивних емоцій

Аналіз результатів “Kids Art Retreat Project” за 2023–2025 роки дозволяє зробити висновок, що “Art Therapy Forge” створила стійку модель психоемоційної реабілітації через мистецтво, яка демонструє прогресивні результати з кожним роком. Якщо перші проекти були спрямовані насамперед на стабілізацію емоційного стану, подолання тривожності та соціальну інтеграцію, то згодом акценти поступово змістилися на розвиток саморефлексії, креативності та психологічної автономії дітей. Важливою тенденцією стало також поглиблення співпраці з вищими навчальними закладами та міжнародними партнерами, що дозволило підняти якість терапевтичних практик до академічного рівня. Таким чином, можна стверджувати, що за три роки

“Art Therapu Force” перетворився з ініціативи кризової допомоги у сталу платформу психоемоційного розвитку дітей, де мистецтво використовується як мова зцілення, комунікації та переосмислення досвіду війни.

Таким чином ми приходимо до результатів:

- Діти, які брали участь, за результатами внутрішнього аналізу проекту, демонструють покращення психоемоційного стану: зменшення тривожності, покращення настрою, зростання впевненості, зниження страхів та симптомів стресу (зошити рефлексій, бесіди, спостереження наставників).
 - Важливим результатом є соціалізація: діти з різних регіонів зустрічають інших, налагоджують міжособистісні контакти, створюють нові дружини, відчують підтримку колег по табору, менших і більших учасників.
 - Результат творчого розвитку: учасники спробували види творчості, яких раніше не мали, відкривали нові способи самовираження – відео, театр, музика, використання цифрових інструментів, тілесний рух. Це підсилює відчуття компетентності й зміни, можливості бачити себе в творчому просторі.
 - Емоційні рефлексії учасників говорять про те, що табір стає “простором безпеки” – де дитина відчуває себе прийнятою, має право помилитися, “бути собою”. Це важливо для травматичних переживань, коли часто домінують сором, вина, страх.
- Аналіз показує, що театральні студії та театральна складова у мистецько-терапевтичних проєктах відіграють важливу роль у відновленні психоемоційного стану дітей, особливо в умовах воєнного конфлікту. Вони дають
- можливість:
- трансформувати травматичні переживання у безпечній символічній формі;
 - зменшити негативні емоційні симптоми (страх, агресію, тривогу), які спостерігаються у дітей через війну;
 - розвивати соціальність, відчуття підтримки, комунікацію;

- сприяти підвищенню самооцінки та почуття власної значимості, коли досвід учасника стає частиною колективного вияву;
Водночас, ключова передумова успішності – якісна реалізація: наявність професійних фасилітаторів та психологів, правильний вибір вікових груп, відповідна підготовка, чітка структура, етична безпека та адаптація до культурного контексту.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволяє комплексно осмислити, як історичні підвалини арт-терапії, сучасні міжнародні підходи та практичний досвід українського проекту “Art Therapy Force” формує цілісну систему підтримки дітей і підлітків, що пережили травматичний досвід війни. Кожен із трьох розділів, попри різну тематичну спрямованість, складається у єдину логічну траєкторію розвитку – від витоків лікувальної природи мистецтва до створення інноваційних міждисциплінарних форматів, що працюють у реальних умовах повномасштабної війни в Україні. Арт-терапія має тривалу історію еволюції: від спорадичних уявлень про цілювальний вплив мистецтва в давніх культурах до виокремлення її як окремої професійної галузі у XX столітті. У різні історичні періоди мистецтво виконувало функцію не лише естетичну, а й психоемоційну – воно допомагало людині інтегрувати досвід втрат, кризи чи руйнівних соціальних змін. Саме через цю багатоглибку тяглість можна зрозуміти, чому арт-терапія стала одним із найважливіших інструментів роботи з травмою у XXI столітті, а після початку війни в Україні – отримала особливу актуальність у системі психологічної та соціальної допомоги дітям. В українському контексті цей напрям активно інституціоналізується: формується мережа фахівців, з’являються освітні програми, розвивається професійна спільнота. Це створює методологічний і практичний фундамент для застосування творчих підходів у роботі з дитячою травмою.

Проект “Art Therapy Force” став унікальним прикладом практичної реалізації сучасних арт-терапевтичних концепцій в умовах війни. Ініціатива, заснована Веронікою Скірровою та командою “Art Dot”, виникла як відповідь на потребу підтримати дітей, підлітків і дорослих, вимушених жити в умовах тривалої небезпеки, переміщення, втрати соціальних зв’язків та повторних травматичних подій. Важливо, що ця відповідь не була спонтанною, а виросла з попереднього мистецького та освітнього досвіду команди, яка змогла трансформувати свої знання у

формат, релевантний сучасній українській реальності. Проект поєднує психологію, театр, музику, педагогіку та менеджмент, створюючи мультимодальний простір для відновлення. Команда проекту працює не із заздалегідь визначеним “протоколом”, а з живою динамікою групи, інтегруючи травмаінформовані й травмоучутливі принципи. Усі елементи проекту – від менторства до фасилітації – орієнтовані на суб’єктність дитини, її безпеку, можливість вільно висловлювати досвід і знаходити власні форми відновлення. Особливої ваги набуває те, що проект об’єднав фахівців різних сфер: психологів, музикантів, театральних педагогів, міжнародних експертів. Це дозволило створити середовище, яке одночасно підтримує, навчає та розвиває.

На основі аналізу театральних, музикотерапевтичних і перформативних практик встановлено, що творчий процес впливає на дитину на кількох рівнях: фізіологічному, емоційному, соціальному та когнітивному. Театр створює безпечне поле для рольового проживання складних емоцій, музика регулює ритм і активізує природні механізми самозаспокоєння; рух і гра допомагають повернути тілесність, яка часто порушується внаслідок стресу. Досвід психологів і менторів, залучених до проекту, свідчить, що найбільш результативними є саме інтермодальні підходи, де дитина має змогу переходити між різними творчими каналами – від малювання до імпровізації, від ритму до пластики. Така структура втручань відповідає природі дитячої психіки, яка потребує не монологічних, а багатовимірних способів вираження. Також важливим є соціальний вимір мистецьких практик: участь у групових творчих процесах повертає дитині відчуття спільності, взаємодії, підтримки. Особливо це важливо для дітей, що живуть у зруйнованих або роз’єднаних громадах, часто мають досвід вимушеного переселення і можуть бачити друзів лише онлайн через постійну воєнну небезпеку.

Результати “Kids Art Retreat Project” переконливо демонструють позитивну динаміку: зниження тривожності, покращення емоційної регуляції, поява нових соціальних контактів, формування відчуття безпеки та підвищення рівня довіри до дорослих. Ці показники підтверджуються не лише спостереженнями команди, але й

міжнародними науковими дослідженнями, які фіксують вплив мистецтва на зниження кортизолу, покращення соціальної взаємодії та відновлення функцій нервової системи. Таким чином, мистецько-терапевтичні методи не є дорядковими або допоміжними, а становлять собою дієвий, науково обґрунтований інструмент психологічного відновлення дітей.

Арт-терапія та інтегральні мистецькі практики мають потенціал стати фундаментальною складовою системи підтримки дітей, які пережили травми війни в Україні. Поєднання теоретичної бази, методологічної чутливості та практичного досвіду “Art Therapy Force” формує модель, здатну не лише реагувати на поточні виклики, але й створювати довготривалу структуру відновлення. Таким чином, дитина в мистецькому середовищі не просто отримує тимчасове полегшення, а й набуває можливості відновити внутрішні опори, повернути довіру до світу, навчитися будувати стосунки та відчувати себе частиною спільноти, яка її підтримує. А мистецтво в цьому процесі стає не інструментом втечі від реальності, а шляхом її трансформації, способом перетворити травму на досвід, що не руйнує, а дає шанс на нове зростання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Авер'янова Н. М. Застосування арт-терапії в сучасних умовах російсько-української війни. Комплексний підхід до модернізації науки: методи, моделі та мультидисциплінарність. Матеріали ІІ Міжнарод. наук. конф. Луцьк, 2023. С. 140–146.
2. Аудіозапис розмови Вероніки Скіярової та Віталія Несміх 26.10.2025 р. Оригінал зберігається в автора.
3. Біблія (Книги Святого Письма Старого і Нового Заповіту). Видання місійного тов-ва "Нове життя Україна, таборує Крусейд фор Крайст", 1992. С. 1–959; С. 1–296.
4. Біда О. Різні підходи до визначення арт-терапії. Педагогічний часопис Волині. 2018. № 4 (11). С. 14–17.
5. Бриндіков Ю. Д. Арт-терапія: суть, можливості роботи з військовослужбовцями учасниками бойових дій. Науковий вісник УжНУ. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2017. Вип. 2. С. 42–45.
6. Вознесенська О. Д. Арт-терапевтичний простір постмодерністського часу. Простір арт-терапії. К.: Золоті ворота, 2013. Вип. 1 (13). С. 26–37.
7. Вознесенська О. Д., Мова Л. В. Арт-терапія в роботі практичного психолога: використання арт-технологій в освіті. К.: Шкільний світ, 2007. 120 с.
8. Вознесенська О. Д., Скнар О. М. Застосування арт-технологій для підвищення якості освіти (на прикладі формування етносоціальних уявлень студентів)// Вознесенська О. Д., Скнар О. М. / Вища освіта України – Додаток 3 (т. 5) – 2007 р. – Тематичний випуск „Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору: Моніторинг якості освіти”. – С.276-281
9. Вознесенська О. Д. Ініціаційні техніки в арт-терапії Наукові записки Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України: В 4-х томах / За ред. академіка С. Д. Максименка. – К.: Главник, 2005. – Вип. 26 – Т. 1. – С. 267–271

10. Вознесенська О. Л. Ландшафтна арт-терапія: можливості використання. Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2008. Вип. 20 (23). С. 35–45.
11. Вознесенська О. Л. Природа, арт-терапія і розвиток особистості. Управління освітою. № 3(207). 2009. С. 2–3.
12. Запис розмови Вероніки Скіярової та Віталія Несміх, 02.02.2025 р. Текст знаходиться в Додатку А.
13. Запис розмови Інни Хартової та Віталія Несміх, 02.02.2025 р. Оригінал зберігається в автора.
14. Запис розмови Марини Сльот та Віталія Несміх, 15.04.2025 р. Оригінал зберігається в автора.
15. Запис розмови Наталії Шаповалової та Віталія Несміх, 10.02.2025 р. Текст знаходиться в Додатку Б.
16. Кравченко А., Нестеренко В. В. Можливості використання арт-терапії з корекційною метою. Сучасні проблеми логопедії та реабілітації. 2018. С. 171–175.
17. Лазаревська О. Психологічні фактори впливу арт-терапії на процес розвитку дітей. Вісник ХНПУ імені Григорія Сковороди “Психологія”. Вип. 63. 2021. С. 133–145.
18. Наумбург М. Динамічно орієнтована арт-терапія: її принципи та практика. Нью-Йорк: Спрінгер, 1972. (укр. переклад)
19. Савінов В. Базові переживання оповідача плейбек-театру для особистісних трансформацій: від справжності дійства до справжності дійсності. Простір арт-терапії : місце особистості в часи суспільних трансформацій : матеріали XIX Міжнародної міждисциплінарної наук.-практ. конф., 17–18 черв. 2022 р. / за наук. ред. О. Л. Вознесенської, О. М. Скнар. Київ, 2022. С. 116–124
20. Цикунова А. Арт-терапевтичні техніки і практики... Магістерська робота. Львівський державний університет внутрішніх справ. 2022. 98 с.

21. Шаоцян Ю. Формування вокально-фахової компетентності... Дисертація доктора філософії. Одеса, 2022. 244 с.
22. Boal A. Theatre of the Oppressed. London: Pluto Press, 1979. 208 p. – 61
23. Emunah R. Acting for Real: Drama Therapy Process, Technique, and Performance. New York: Brunner/Mazel, 1994. 308 p.
24. Gil, E. Post-Traumatic Play in Children: What Clinicians Need to Know. New York: Guilford Press, 2017. – 238 p.
25. Jennings S. Introduction to Developmental Play. London: Jessica Kingsley Publishers, 2010. 224 p.
26. Johnson D. R. Developmental Transformations: Toward the Body as Presence. The Arts in Psychotherapy. 2009. 36(2). С. 74–80.
27. Jones P. Drama as Therapy: Theory, Practice and Research. London: Routledge, 1996. 336 p.
28. Kaimal, G., Ray, K., & Muniz, J. Reduction of Cortisol Levels and Participants' Responses Following Art Making. Art Therapy, 2016, vol. 33, no. 2, pp. 74–80.
29. Kalogirou, K., Lamprou, M., & Papanikolaou, E. Dramatherapy as a Treatment for Post-Traumatic Stress Symptoms in Refugee Adolescents. Arts in Psychotherapy, 2021, vol. 72, p. 101727.
30. Koch, S. C., Riege, R., Tisborn, K., Biondo, J., Martin, L., & Beelmann, A. Effects of Dance Movement Therapy and Dance on Health-Related Psychological Outcomes: A Meta-Analysis. Arts in Psychotherapy, 2019, vol. 66, p. 101580. – 67
31. Moreno J. L. Psychodrama. Vol. 1. Beacon, NY: Beacon House, 1946. 448 p.
32. Rawls J. A Theory of Justice. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1999. 538 p.
33. Reisman M. Drama Therapy to Empower // The Arts in Psychotherapy. – 2016. – Vol. 48. – P. 1–9. (с 3, 5–8).
34. Rogers C.R. Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications, and Theory. – Boston: Houghton Mifflin, 1951. – 560 p.

35. Snow S., D'Amico M. The Role of Theatre in Trauma Recovery for Youth. *Youth Theatre Journal*. 2010. 24(1). P. 73–89.
36. Thaut M. Rhythm, Music, and the Brain. New York: Routledge, 2005. 255 p.
37. UNICEF. *Psychosocial Support through Creative Arts for Refugee Children*. UNICEF Report, 2019.
38. Winnicott D.W. *Playing and Reality*. – London: Tavistock Publications, 1971. – 202 p.
39. ABOUT THE AMERICAN ART THERAPY ASSOCIATION. URL: <https://arttherapy.org/about/>
40. British Association of Art Therapists (BAAT). URL: <https://baat.org/about/>
41. Nazarevich Art. Дялькотерапія. URL: <https://nazarevich-art.com/yalkoterapiya-2/>
42. Southwestern College Santa Fa, NM, History of Art Therapy URL: <https://gml.libguides.com/c.php?g=1328887>
43. Therapy Unit 2: Humanistic psychology Written by the Fiveable Content Team(2025)URL: <https://fiveable.me/art-therapy/unit-2/humanistic-psychology/study-guide/njkQаруEEedgzrNHN>
44. УТК Основа. Драмагератія як напрям арт-терапії. URL: <https://utkosnova.com/uk/dramaterapiya-uak-naruyam-art-terapiyi/>
45. Відкриття Конгресу мистецьких ініціатив для здоров'я у межах Healing Arts Lviv URL: <https://www.youtube.com/watch?v=Y1-UурЕКІМ&t=2917s>
46. ШО КНУ імені Тараса Шевченка Навчальний курс “Теорія і практика Арт-терапії” URL: https://ire.knu.ua/announcemen/navchalny-kurs-teoriya-i-praktuka-art-terapiyi?utm_source
47. Освітня програма: Соціальна робота. Арт-терапія в соціальній сфері. URL: https://vstup.osvita.ua/u2025/t9/78/1521946?utm_source
48. Офіційний сайт ВГО “Арт-терапевтична асоціація” URL: <http://art-therapy.org.ua>
49. Простір арт-терапії: 36. наук. ст. / УМО НАПН України, ГО “Арт-терапевтична асоціація”; Редкол.: Душин П.А., Чуприков А.П. та ін. – 2007-2013. – Вип. 1, 2.

- URL: <http://arttherapy.org.ua/index.php?page=per-odichne-vidamnu-a-prost-g-art-tera>
р
50. Програма підвищення кваліфікації “Теорія і практика Арт-терапії”. URL: <https://ire.kmu.ua/teoriya-i-praktyka-art-terapii.html>
51. Факультет педагогічної освіти, Арт-терапія в освіті
URL: <https://pedagogu.lnu.edu.ua/course/art-terapiia>
52. Факультет психології. Навчально-методичні матеріали (FPsy)
URL: https://euupitg.uu.edu.ua/handle/123456789/14853?utm_source
53. Характеристика проінсулінових-інсулінових проміжних сполук у плазмі крові людини. URL: <https://rnc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC371823>
54. Як театральні актори та театральні техніки відіграють ключову роль у поліпшенні соціальних ігор та зменшенні тривожності у дітей з аутизмом.
URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.00908/full>
55. Як арт-терапія впливає на емоції та мозок. URL: <https://palmerhome.org/how-art-therapy-impacts-emotions-and-the-brain/>

ДОДАТКИ

Додаток А

Інтерв'ю з Веронікою Скіяровою

(запис розмови 02.02.2025 р.)

Віталій Несміх: *Як виникла ідея створення “Art Theater Force”?*

Вероніка Скіярова: Ідея створення “Art Theater Force” не виникла як ідея: давайте зліпимо тарілку або горщик і ось він зліпився. Це такий поступ, процес. В лютому 2022 року мені написала моя подружка, дуже важлива для мене людина, Ленка Удовічки. сербо-хорвацька режисерка, яка мала досвід вимушеного переселення з її дев'ятиденною дочкою під час війни в Югославії. Вони мали втікати з країни, фізично втікати, фізично бігти. І на той момент її листи те що вона ділилась своїми емоціями і спогадами, мене дуже підтримало, бо я мала теж виїхати з Харкова з двома дітьми, і це було достатньо стресово, там багато було проблем, собак, котів і так далі. І, в принципі, переживалось дуже важко. І вона, як режисерка, вона з її чоловіком Раде Шербеджія, дуже відомий голівудський актор. Вони створили такий фестиваль “Ulysses” на островах Бріуні для митців після війни, для їхнього психоемоційного відновлення. Бо митці через травми війни не могли творити. І вони створили такий безпечний простір для тренажів, для вистав, щоб творити театр, мистецтво на цих островах як відповідь на травму війни, травму фрагментації насправді. Вона запропонувала мені зробити маленький такий табір для психомасивного відновлення митців з дітьми, в Хорватії для українок. Я тоді почала займатися фандрайзингом, краудфандингом. У нас вже була команда, була Света Баженова і Юлія Артем'єва, і вже була команда людей, які є серцем громадської організації “ArtDot”. Ми переосмислили цілі і функції нашої організації. Буквально в перші шість днів війни ми робили зідзвон для того, щоб зрозуміти, як ми можемо краще допомагати, маючи наш ресурс і експертизу. І пропозиція Ленки дуже сильно лягала на те, що ми вміємо робити. І я вміла робити програми, наповнювати їх освітні і інші, маючи досвід освіти попередньої і я мала можливість і авторитет для

того, щоб знайти додатковий ресурс для цього. Ми отримали допомогу від “USAID” якраз, від американської агенції, і створили два табори на більш ніж 100 людей з прифронтових міст, з міст, які знаходились на гарячіших напрямках, а також зі Львова, люди, які весь час просто цілодобово волонтерили. Ми зробили можливим такий ретрит, освітній ретрит для них. І під час підготовки Ленка Удовічки мене познайомила з Найджелом Осборном, який є музикотерапевтом, арт-терапевтом, який багато років очолював кафедру, є почесним професором і, в принципі, він є одним з найбільш знаних людей у світі, які займаються академічною арт-терапією. Тобто, він і як фахівець працює, як професор викладає для студентів, у нього є вже свої випускники, але так само він займається практикою в Ливані, Палестині, в Боснії він дуже багато працював, він жив 4 роки в окупованому Сараєво і так далі. І, звичайно, весь цей досвід мені допоміг осягнути те, що у нас в країні нема фахівців які б вчилися на факультетах на українських факультетах в українських вищих навчальних закладах. Я звернулася до своєї альма матери, звернулася до Харківського національного університету мистецтв, до деканки факультету театрального і до проректорки музичного факультету, яка очолює консерваторію Харківського університету. І запитала чи їм би не було цікаво отримати таку додатковий фах, додаткову освіту, спеціалізацію по вибору або в якимось іншим чином інтегрувати ці знання в їхній навчальний процес? І вони сказали, що так, що їм це дуже цікаво, що вони відчувують кризу функцій мистецтва під час війни і, звичайно, кризи абітурієнтів. І таким чином моє уявлення про те, чого не вистачає в цій країні, зустрілося з їхнім бажанням імплементувати це на власних кафедрах. І вже це був там перший кемп більш такий був націлений на відпочинок, а другий кемп в Хорватії вже був для мене стратегічно націлений на перший крок того що ми можемо зробити в українській вищій освіті з точки зору переосмислення мистецтва в контексті війни і допомоги. І ми запросили, ми зробили опенкол, і на цей опенкол запросили дуже багато різних представників вищих навчальних закладів. Це був Український католицький університет, Львівський національний університет, у нас

була Майя Гарбузюк, яка стала для нас величезною підтримкою, і багато інших навчальних закладів з Кропивницького, Франківська, Харкова. І ми зробили мережу і якраз між першим і другим табором багато спілкуючись з однодумцями я собі уявила що назва цього проекту громадської організації “ArtDot” може бути “Art Theater Forge”, що ми би хотіли бути силою в цьому контексті для країни, підсилювати процеси, які ще не почались. Тому ми зробили цю проєктовку “zero-one”. Нійто ми зараз знаходимося на точці 0-0. Це не точка 0-0 для суспільства, бо існує арт-терапевтична асоціація, діяльність якої ми дуже-дуже широко поважаємо, і це величезна мережа фахівців але в закладах вищої освіти цього інтегровано не було і нам здавалось що ми будемо цим першим кроком. А також “0-0” – приставка в “Art Theater Forge” означає “коло насилля”, яке нам би хотілося розірвати осмисленням, розірвати коло ретравматизації нашим проєктом. і так з’явилася назва “zero-zero Art Theater Forge”. Тобто це проєкт громадської організації “Art Dot”, який націлений на новий наголос у підтримці вищих навчальних закладів в Україні.

Які основні цілі та задачі проєкту?

Ми маємо три основні задачі. Основна мета – це допомагати українцям, спільноті, суспільству. це допомагати психоемоційному відновленню, здоров’ю, згуртованості громад через мистецькі інструменти, через інструменти мистецтва та різних інноваційних методів відновлення. Ми намагаємось розвивати напрям “Arts and Health”, мистецтво і здоров’я в Україні. Він дуже широкий, це і мистецтво як арт-терапія у підтримці психоемоційного стану, але це, в принципі, також мистецтво для здоров’я, як проєкт UR-реабілітації, як проєкт X-System, це проєкт підтримки дітей з епілепсією через музику. Вони не сприймають музику в цьому контексті як мистецтво. Музика в цьому контексті є допоміжний засіб, це як пігулки які ти п’єш, ти не думаєш про них, як про акт мистецтва, про ці пігулки. Так само і музика, вона просто в проєкті з епілепсією, наприклад, підтримує здорові імпульси мозкової діяльності дитини які не уражені епілепсією, Так і ми намагаємось розвивати різні напрямки того як мистецтво може допомагати. І для цієї дуже конкретної цілі в нас є

різні задачі які ми намагаємось закрити це адвокація артеропевтичних підходів, адвокація саме академічних арт терапевтичних підходів. Ми стоїмо на засадах того, що будь-яка терапевтична діяльність в цій країні має бути сертифікована. Не може бути терапевтів без знання анатомії, фізіології, гормонів, нейробіології і так далі. Для нас це дуже важливо, ми акцентуємо на цьому, коли ми співпрацюємо з арт терапевтами, це лише арт терапевти, які мають вищу освіту. Але ми знаємо і ми віримо, що українське суспільство не може отримати ту підтримку, яка необхідна, не маючи інших додаткових людей, додаткової цієї сили мистецтва. Тобто майже будь-яке мистецтво може бути терапевтичним. І коли ми даємо освіту, коли ми проводимо поза академічні курси з травмо інформованих підходів в мистецтві, це якраз воно націлене на оцю спільноту митців, які і так ходять, музиканти які так ходять в лікарні і у ветеранські госпіталі, це митці які і так ходять в дитячі притулки, і це митці які і так працюють з громадами через мистецтво вони не всі мають бути арт терапевтами, вони не всі проводять терапію, вони просто можуть допомагати спільноті через мистецькі практики. І для них ми проводимо коротші курси з травмою інформованого лідерства, травма інформованого мистецтва і так далі. Це просто люди, які знають, як використовувати свої медіуми і свої інструменти. Ну і третє, ми намагаємось займатися адвокацією такої діяльності, ми намагаємось підвищувати рівень освіти і через вищі навчальні заклади, і через поза академічну освіту намагаємось дати цю підтримку знанням, перекладати якісь книжки, співпрацювати з іншими освітніми проєктами і просто допомагати.

Які результати ти вважаєш найуспішнішими за період 2022-2024 року?

Найуспішніше я вважаю результатом що ми є ми існуємо що у громадській організації є зарплата а не лише волонтерська діяльність бо дуже важливо підтримувати фахівців в їхньому розвитку грошима. І, в принципі, те, що ми зараз можемо говорити, що ми стали інституцією. У нас є практична частина, ми проводимо інтенсиви, ми проводимо ретрити для підлітків, у нас є практична частина роботи в університетах і в лікарнях, але так само ми і розвиваємо цей

напряв. Ми є знаними фахівцями в цьому, до нас звертаються як до членів журі, до нас звертаються для проведення освітніх заходів в контексті культури і мистецтва. Нас рекомендують на міжнародних форумах і програмах, і ця визнаність для мене є важливою. Якщо говорити про якісь кількісні результати, то це тисячі дітей і студентів, які пройшли курси, які були учасниками наших заходів. І їхні листи до менторів, їхні відгуки, спілкування один з одним для мене це дуже важливо. Звичайно, є такі емоційні моменти, як, наприклад, ми робили проект тижневий для дітей в Первомайському, Харківської області, це за 40 кілометрів від фронту. І це був прекрасний проект, бо в Первомайському було дуже багато дітей з різних релокованих сіл. І вони не спілкувалися один з одним через те, що там лише онлайн-освіти, у них не було знайомства з підлітками. Ми стали такою точкою гуртування, це було літо, було багато подій на вулиці, було дуже творче, фантастично, цікаво, наповнено. І через тиждень після закінчення проекту стався приліт, прилетіла ракета по похоронах одного з військових. Наші діти не постраждали, але буквально за три години ми побачили, що в чаті вони гуртуються, що у когось і віник, у когось печатки і так далі. І вся група підлітків повністю прийшла допомагати приборати, розбите шкло і допомагати людям, які постраждали, і ця згуртованість. Звичайно ми їм нічого не писали і не дуже це мабуть безпечно але, вони самі згуртувались і знайшли свою точку де вони можуть допомагати суспільству. І для мене важливо що ми не виховуємо дітей абсолютно, ми просто їх підтримуємо в їхньому природному прагненні бути частиною суспільства, бути відповідальною частиною суспільства. І це мені дуже приємно.

Які фахівці крім театральних працівників залучені до проекту?

Ми використовуємо мультимодальний підхід в арт терапевтичних практиках це означає що це і перформативний напряв це і тілесно-рухова терапія тілесно-рухові практики якщо ми говоримо це не індивідуальна терапія тому це, скоріш, тілесні практики на самозаспокоєння, на віднайдєння внутрішнього центру і опори. Це музикотерапевтичні заняття. На перших двох таборах у нас було прекрасне

фахівчиня з кіно і допомагала дітям через кіно працювати з власними емоціями з власною тривожністю та страхами, але і просто говорити про себе. Ми використовуємо різні медіуми, які нам доступні для того, щоб допомогти дітям психоемоційно відновитись.

Які труднощі виникали під час проекту?

Завжди найбільші труднощі виникають під час відмови і процесу вибору. Бо хто ми такі, щоб по відео мотиваційному обирати з тисячі дітей 45? І це кожен раз дуже важко. Кожен раз батьки пишуть, що ми з Херсону, наш будинок розбила ракета, у нас ще четверо-п'ятеро дітей. А як же так? Або ми з Мелітополя, або ми виїхали з Маріуполя, і неваже мої діти не заслуговують на те, щоб бути тут? І, звичайно, вони заслужовують. І, звичайно, я відчуваю, що я не в тій позиції, коли я можу відмовляти, але, з іншого боку, ми не можемо робити табори на тисячі дітей і проекти. І з цим дуже важко. Завжди оце питання пріоритетів в контексті роботи з ураженими групами населення це дуже важко. Важка робота в лікарні, але воно все водночас важке водночас ти отримувеш від цього велику нагороду коли мама в лікарні тобі каже, що її син, який два місяці тому потрапив в аварію, і він не може рухати нічим нижче ший, вперше посміхнувся, то звичайно, в цьому є величезна віддача і ресурс. Але разом з цим це емоційно дуже-дуже важко. Дуже важко працювати з військовими, які з ампутацією кажуть: "Ми зараз робимо собі протези, повертаємось, бо ми відчуваємо, що наші друзі там без нас, і ми відчуваємо цю моральну відповідальність і ти відчуваєш що моральну відповідальність сказати що ти вже зробив все що міг будь ласка відновлюйся. Багато різних емоційних аспектів, але дуже хочеться, дуже віриться, що ми можемо відповідально до цього поставитися і побудувати гармонійне суспільство.

Чи плануєте ви продовжувати проект після 25-го року? Та які ідеї та нові напрямки плануєте запровадити?

Звичайно, я думаю, що я дуже хочу, щоб цей проект був непотрібним. Я дуже хочу, щоб Мінісоцполітики, щоб Міністерство культури, Міністерство освіти знайшли

спільні знаменники, спільні точки дотику і розуміння того, що всю мистецьку освіту треба реформувати, що ми як суспільство цього потребуємо. Зрозуміти що у нас не вистачає фахівців які можуть прийкджати та давати якісну освіту методологічно. Запрошувати їх. Звичайно мені дуже хочеться бути непотрібним проектом в цьому контексті. Але здається, що і в 2025 році, і після перемоги, що буде дуже-дуже-дуже-дуже багато роботи з підтримки, з інкпозією, з розуміння того, що ми маємо всі нести відповідальність і не лише відповідальність в цьому контексті це захист і дрони, але в цьому контексті це відповідальність та людяність. Я думаю, що ми будемо продовжувати проект, в якому форматі? Мені подобається, що ми проект формату відповідаємо на виклики. Я думаю, що так само воно і буде продовжуватись, будемо відповідати на виклики, сподіваюся, більш інституційно, ніж зараз.

Ще по фінансуванню. Хто допомагає?

Фінансування є диверсифіковане, ми залучаємо різні джерела але головний інституційний фонд який нас підтримує це “Тегге де Номмес” Німеччина які після успішного пілотного проекту допомагають нам протягом двох років створювати мистецькі проекти, підтримують освітні проекти і роботу в лікарні.

Можливо, знаєш якісь схожі організації, які займаються цими проектами, і що ти можеш порадити їм?

В контексті розвитку напрямку мистецтво і здоров'я я знаю лише один проект, який цим займається, це “Culture Hubs”, громадська організація “Інша освіта”. Вони трошки більше сконцентровані на субгрантуванні і на освітніх поза академічних процесах і все. Насправді не знаю проектів які інституційно поєднують фахові мистецькі проекти і проекти пов'язані зі здоров'ям або психоемоційним відновленням. Є просто сотні проектів які вважають що вони арт-терапевтичні, але насправді це ми малюємо будиночок-пташку, вони не є інституційними і дуже часто вони більше шкодять, ніж допомагають. Але не завжди. Багато є гідних і класних проектів які дійсно допомагають, особливо я вражаюсь проектом як проект “Уява” в

Харкові це проєкт підтримки підлітків і в принципі тому як Харків допомагає прифронтовим деокупованим територіям, як вони їздять, Харківський театр ляльок, наприклад, ‘Аза Нізі Маза’ студія і багато студійних рухів. Я не можу сказати, що це абсолютно те саме, що і ми робимо, Тому це ж таки трошечки по-іншому підходимо, теж більш стратегічно, але як парасольково зверху підходимо до задач і викликів, але як точкові інтервенції, це дуже прекрасні проєкти.

Можливо, це хоче щось від себе додати, щоб було добре почути в мойй магістерській?

Я хочу додати що нам потрібно більше таких магістерських. Викладаючи на кафедрі театрального мистецтва в Харківському університеті мистецтв я зрозуміла що теж є величезний запит у студентів на арт терапевтичну роботу або на теоретичні роботи які пов'язані з арт терапією. Але фактично у них нема підтримки фахової, нема відповідних професорів, які б могли гідно курувати ці напрямки роботи, вони боятся, і тому вони студентам намагаються скоригувати їхню діяльність в інший бік, кажучи, що ми не хочемо заходити на поле ментального здоров'я. І з одного боку це дуже правильно, забезпечує певну дистанцію і повагу до фахової терапевтичної роботи або до фахової роботи які поєднують мистецтво і здоров'я, але мені здається що нам важливо відповідати на ці виклики. І мені б хотілося, щоб таких проєктів, магістерських робіт, було набагато-набагато більше. Сорі, але на мою думку ми зараз не маємо розкоші займатися мистецтвом для мистецтва. Ми її не маємо. Я засуджую багато національних театрів і державних театрів, і засуджую фахівців і професорів, які намагаються продовжувати працювати по накатаній доріжці. Я вважаю, що нам треба всім зібратися і перевиняйти свої акценти і функцію зараз в суспільстві.

Інтерв'ю з Наталією Шаповаловою

(запис розмови 10.02.2025 р.)

Віталій Несмік: *Які театральні методики використовуються в вашому проекті?*

Наталія Шаповалова: У нас немає якоїсь окремої методики, і те, що ми використовуємо з Ярославом, – це насправді такий мікс з різних методик, з яким ми безпосередньо працювали в різних театрах і впродовж свого навчання в університетах. Ярослав багато чого взяв, наприклад, з методик театру “Брама”, польського театру “А3”, тобто це така польська школа театральна. Я також щось почерпнула з свого навчання в Театральній академії Зельверовича в Білостоку, теж таку трощечки польську школу, але загалом є також якісь базові речі, на яких ми покладемося, які є основою акторського мистецтва. Тому насправді зараз дуже важко сказати, виділити якусь одну методику, бо в нас вже сформувалася якась така своя підбірка, своя програма, де ми якісь тренажі перетворюємо, якийсь міксуємо, якийсь переосмислюємо по-своєму. Тому мені здається, що основа того, з чим ми працюємо - це поєднання театру ляльок, театру форми, візуального мистецтва з драматичним мистецтвом, з пластично-руховими практиками. І ми намагаємось такий мікс знайти для того, щоб це працювало комплексно. І також, що головне в нашій роботі, що ми не робимо поки що вистав за якоюсь написаною конкретною драматургією. Ми завжди спираємось на ідеї і тексти, які приносять нам діти, або в своїх виставах, які ми робимо, теж спираємось на власні історії, досвід або пишемо власний сценарій. Для нас це важливо, щоб ідея кожного була почута, щоб це було про нас, про те, що важливо для учасників цього перформансу. І ми шукаємо такий спосіб виразити, втілити ці ідеї через візуальну форму, через пластику, через акторське існування.

Чи маєте ви певні сценарії для занять чи більшість імпровізаційна?

Ні, завжди маємо. Завжди маємо, походу може виникнути якась нова ідея, якась річ. Ми можемо передоплувати або дати якесь інше завдання, яке витікало б з того, що вони, наприклад, зробили, учасники тренінгу. Але ми завжди продумуємо, про що це буде, куди ми маємо в підсумку прийти і яка структура заняття. Кожне заняття в нас має якусь свою тему, має якусь свою думку, що ми хочемо, тому ми завжди продумуємо, що це має бути.

Як ви обираєте конкретні практики для різних груп дітей?

Починаємо з базових речей, які ми зрозуміли з досвідом, що працюють на різні групи. А потім дивимось, що конкретна група може, що вона пропонує, куди вона йде, куди вона відкрита. І намагаємось адаптувати те, що в нас є в багачі, вже безпосередньо до тієї чи іншої групи, бо всі різні. Якщо говорити, наприклад, про студію, яку ми ведемо у Львові вже третій рік, то там ми вже стільки всього спробували, що в нас є конкретні моменти, над якими ми працюємо, або що ми хочемо запропонувати, або як ми хочемо їх підсилити. І завжди в нас є такий діалог, фідбек від учасників, чим би їм хотілося б на що звернути увагу. А що стосується проєктів, то загалом відштовхуємося від що стосується фінального перформенсу, наприклад. Ми завжди відштовхуємося від тем, які цікаві цій групі, від їхнього бажання, від того які вони і як вони співіснують в своєму колективі, в своїй групі. Бо в нас є приклади, коли одна і та сама вправа, але в якомусь колективі її сприйняли по-одному, і вона не зайшла, і вони не отримали того що можна було отримати з неї. А в іншому це прозвучало, і це стало цікавим, і навпаки їх підсилило. Тому це дуже такий живий процес, і мені здається, це найважливіше взагалі від ментора, від викладача, від педагога – не йти за своїми заготовками, а дослухатись, відчувати, те що зараз потрібно, і реагувати тут і зараз, бо як все театральне мистецтво, це має відбуватись тут і зараз. На мою думку, загалом мистецтво і театрально-сценічні практики, вони дуже допоміжні в подоланні травм війни зараз, тому що, як показує досвід нашої роботи, через це дітям легше соціалізуватись, знайти для себе безпечне середовище, загалом розкрити свої емоції, бо в тренінгу вони можуть виплеснути те,

що їх, наприклад, турбує. Вони знаходять контакти, бо знову ж таки, акторство, театр побудований на тому, що ми це робимо разом і спільно, і тому вони легше зможуть знайти собі підтримку, людину, яка стане для них опорою, і працювати в команді, в партнерстві. Ми намагаємось створити безпечне середовище для всіх учасників процесу, і загалом театр мені здається, що дозволяє трошечки також за рахунок такої грайливості і загалом сприйняття все як гра, трохи відсторонитись, можливо, від того, що відбувається навколо, і зануритися, поринути в атмосферу якихось інших запропонованих обставин, що мені здається в даний час важливо. Це можливість сказати про те, що хочеться, зробити сценічний вислів про ті думки, які є, сказати їх публічно, якщо ми там працюємо над виставою, наприклад, як у нас в студії, і, знову ж таки, прорефлексувати, пропрацювати ту, можливо, травму, яка є, але також важливість така довготривалість, бо ті діти, з якими ми працюємо вже третій рік, якщо подивитися на них від початку, коли ми починали працювати з квітня 2022 року і зараз, то вони, мені здається, змогли в новому місті побудувати для себе таке нове безпечне пристанище, і це дозволяє впевнитися в тому, що це працює, що це потрібно, і що таким чином всі ці три роки вони, тримаючись одне за одного, змогли знайти себе в новому місті і побудувати для себе такий острівочок безпеки в ньому.



Фотографії з таборів

Додаток В





