

DOI <https://doi.org/10.32405/2308-3778-2024-28-2-81-94>

УДК: 37.091.212.7:[37.015.311+159.923.5]

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2571-5785>

**Валерія Нечерда,**

*кандидат педагогічних наук, старший дослідник,*

*Інститут проблем виховання НАПН України,*

*м. Київ*

## СТУДІЯ АРТТЕРАПЕВТИЧНИХ ПРАКТИК У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВОЇ УСПІШНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ

*Анотація.* Метою дослідження є обґрунтування потенціалу арттерапії як засобу формування життєвої успішності учнів та репрезентування успішного досвіду застосування арттерапевтичних практик в освітньому процесі експериментальних закладів загальної середньої освіти. Завданнями зазначеної роботи є узагальнення даних щодо арттерапії в освітній науці і практиці, зокрема у формуванні життєвої успішності учнів, та висвітлення особливостей структурно-організаційного концентру формування життєвої успішності учнів старших класів, який представлено студією арттерапевтичних практик «Неповторність».

У ролі теоретичних методів обрано системно-структурний аналіз вітчизняних і закордонних психолого-педагогічних джерел з проблеми впровадження арттерапії в освітній процес закладів загальної середньої освіти, а також теоретичне узагальнення, порівняння і реінтерпретацію отриманих даних для формулювання висновків проведеного дослідження. Емпіричними методами стали метод «рівний – рівному», «мозковий штурм», театралізовані ігри, аналіз ситуацій, дискусії, за допомогою яких було впроваджено арттерапевтичні практики в процес формування життєвої успішності учнів старших класів. Теоретико-методологічним підґрунтям дослідження стали особистісно орієнтований, акмеологічний і компетентнісний підходи.

Авторкою окреслено показання до арттерапевтичної роботи з учнями старших класів та зазначено максимальну відповідність арттерапії інтересам і потребам сучасного старшокласника. У роботі розглянуто складові студії арттерапевтичних практик «Неповторність», а саме: гурток театрального мистецтва «Мрія»; Фолк-тисіс-фабрика; Данс-школа «Імпульс»; Клуб вільного і тематичного живопису; Майстерня арттерапевтичних колажів і інсталяцій; Ліга любителів ліплення «Л у кубі», акцентовано увагу на виховному потенціалі цих практик та визначено різні форми організації арттерапевтичної діяльності старшокласників.

У запропонованому дослідженні виокремлено основну функцію арттерапії – функцію відновлення особистості (діагностична, профілактична, психогігієнічна, реабілітаційна) разом із розвивальною, творчою і соціалізуючою та висвітлено переваги арттерапії у формуванні життєвої успішності старшокласників в умовах воєнного стану і поствоєнної реальності. Зважаючи на отримані результати, відзначено зростання потреби старшокласників у самовизначенні й досягненні життєвого успіху, розширення індивідуально-психологічного досвіду самореалізації учнів, здійснення соціально значущих учнівських ініціатив, розвиненість необхідних для життєвого успіху ключових навичок і життєтворчих здібностей учнів старших класів.

**Ключові слова:** арттерапія, життєва успішність, учень старших класів, гурток театрального мистецтва, данс-школа, клуб вільного і тематичного живопису, майстерня колажів і інсталяцій.

© Валерія Нечерда, 2024

**Вступ.** Одним із нагальних завдань сучасної освіти є створення умов для соціалізації особистості, її творчої активності, формування в неї мотивації бути результативною в професійній діяльності, незалежною, відповідальною, ініціативною, життєво успішною. Академік В. Кремень наголошує на необхідності методологічної перебудови сучасної школи як соціального інституту згідно з «Концепцією «Нова українська школа» та забезпечення «формування людини нової формації – креативної особистості інноваційного суспільства,

здатної до життєдіяльності у нових умовах і конкурентоспроможної на ринку праці» [13, с. 3]. Проте тривалі воєнні дії в нашій країні і реалії повоєнного відновлення деокупованих громад особливо відчутно позначилися на фізичному і психологічному стані учнів старших класів, які на порозі дорослого життя мають утримати баланс між зовнішнім і внутрішнім світом, визначитися щодо життєвих орієнтирів, віднайти способи самовираження й ресурси для самозбереження, успішної адаптації до екстремальних умов соціуму, творчого життєздійснення і самореалізації.

Із цього приводу академік І. Бех зауважує, що «нині надзвичайно актуальною стає проблема пошуку підростаючою особистістю простору для самореалізації. Адже сучасне суспільство, у межах якого створюється цей простір, характеризується багатовимірністю, нестабільністю, невизначеністю усіх його сфер. Тому особистості буває психологічно важко здійснити самостійний, свідомий, відповідальний вибір стосовно своєї діяльній і духовно-практичній позиції, своїх можливостей і бажань, свого місця у світі. Тож формування у молоді потреби у самореалізації має бути стрижнем виховної діяльності педагога» [10, с. 35-36]. Відтак ефективною відповіддю на різноманітні перешкоди на шляху до самореалізації й життєвої успішності підростаючого покоління, які пропонує сучасна дійсність, мають стати освіта й виховання, що базуються на загальнолюдських цінностях і мотивації досягнення життєвого успіху. Це передбачає сприяння активності зростаючої особистості, її самоосвіті й самовдосконаленню, її прагненню до самопізнання, розвитку її творчих здібностей. На думку академіка С. Максименка, «особистість повинна сформувати в себе переважне настановлення на плідну діяльність. ... Людина повинна повірити у власні сили, бути самодостатньою у досягненні мети. ...Саме така особистість здатна прийняти складні виклики сьогодення та протистояти перепонам на шляху саморозвитку» [14, с. 2].

Оскільки арттерапія орієнтована на емоційно-образні переживання особистості, підвищення її адаптаційних можливостей, розвиток необхідних для досягнення життєвої успішності якостей, зокрема дисциплінованості, відповідальності, цілеспрямованості, наполегливості, активності, ініціативності, креативності та життєтворчих здібностей, таких як прагнення до особистісного зростання, життєстійкість, рефлексивність, арттерапевтичні практики можуть стати дієвим інструментом формування життєвої успішності зростаючої особистості й водночас сприятимуть оновленню методичного інструментарію сучасних педагогів. Саме тому проблема арттерапевтичних практик у контексті формування життєвої успішності учнів старших класів є важливою як у теоретичному, так і в практичному аспектах.

**Мета та завдання.** З огляду на зазначене вище *метою* дослідження є обґрунтування потенціалу арттерапії як засобу формування життєвої успішності учнів старших класів та

репрезентування успішного досвіду застосування арттерапевтичних практик в освітньому процесі експериментальних закладів загальної середньої освіти. Відповідно *завданнями* дослідження є узагальнення даних щодо арттерапії в освітній науці і практиці, зокрема у формуванні життєвої успішності учнів та висвітлення особливостей структурно-організаційного концентру формування життєвої успішності учнів старших класів, який в експериментальних закладах загальної середньої освіти лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України представлено студією арттерапевтичних практик «Неповторність».

**Методи дослідження.** Для досягнення мети й реалізації завдань дослідження нами було використано комплекс різних психолого-педагогічних методів. У ролі *теоретичних методів* було обрано *системно-структурний аналіз* вітчизняних і закордонних психолого-педагогічних джерел з проблеми впровадження арттерапії в освітній процес закладів загальної середньої освіти, а також *теоретичне узагальнення, порівняння і реінтерпретацію* отриманих даних для формулювання висновків проведеного дослідження.

*Емпіричними методами* стали *метод «рівний – рівному»* – створення атмосфери довіри учнів до своїх однолітків, які знають особливості своєї субкультури та простіше за дорослих знаходять відповідні меседжі для старшокласників; *«мозковий штурм»* з метою обміну учнів думками з певних питань, відпрацювання різних елементів сценаріїв артзаходів; *театралізовані ігри* для розвитку акторських умінь учнів, формування їхніх організаторських якостей та створення позитивної атмосфери; *аналіз ситуацій* для зміни сюжету вистав, перебігу пісенних і танцювальних постановок, сприяння розвитку емоційної культури і креативності учнів; *дискусії* з метою підвищення якості комунікації старшокласників, розвитку їхніх здібностей до адекватного сприйняття критики, справедливості й об'єктивності, самостійних альтернативних рішень. За допомогою всіх зазначених методів було впроваджено арттерапевтичні практики в процес формування життєвої успішності учнів старших класів.

*Теоретико-методологічним підґрунтям* запропонованого дослідження стали *підходи* до організації процесу створення й функціонування студії арттерапевтичних практик у контексті формування життєвої успішності учнів старших класів, зокрема особистісно орієнтованого, акмеологічного і компетентнісного підходів, які логічно доповнюють один одного. *Особистісно орієнтований* розглядає особистість як унікальне ціннісне створіння, визнає за нею право бути індивідуальністю; центрує виховні впливи на особистість учня, у формуванні життєвої успішності спирається на складові внутрішнього світу учня, ураховує його індивідуальні особливості та сприяє реалізації його природнього і набутого потенціалу. *Акмеологічний* орієнтує на «акме» – максимальний прояв особистісного ресурсу, що досягається постійним

самовдосконаленням; забезпечує підвищення в учнів мотивації життєвого успіху, формування в них навичок самостійного цілепокладання та планування, саморегуляції, самоконтролю і самокорекції, здійснення вибору життєвих пріоритетів. На важливості *компетентнісного підходу* наголошує академік В. Кремень, відзначаючи націленість концепції Нової української школи згідно із світовими тенденціями розвитку освіти, «на перехід від знанневої парадигми освіти до компетентнісної. Серед головних її положень: модернізація змісту середньої освіти на засадах компетентнісного підходу і гармонізації основних складників загальнолюдської культури – наука, техніка, технології, мистецтво» [13, с. 3]. У річищі нашого дослідження компетентнісний підхід спрямовує процес формування життєвої успішності учнів старших класів на набуття власного досвіду життєвої успішності (а не лише на обізнаність щодо цього феномену) та акцентує увагу на становленні конструктивної життєвої стратегії старшокласників.

Зазначені підходи сприяють реалізації провідних *виховних принципів дитиноцентризму*, «як умови розвитку особистості, виявлення і врахування індивідуальних особливостей, інтересів і здібностей кожного школяра, задоволення його освітніх потреб та самореалізації у період шкільного життя» [13, с. 3]; *опори на суб'єктивний досвід учнів*, зокрема їхню самостійну пізнавальну діяльність і активність, орієнтацію на власні інтереси, можливості, уподобання, здібності, уміння; *позитивної перспективи* – «завтрашньої радості» (створення позитивної атмосфери творчості і співтворчості, різноманітних ситуацій успіху) як керівних положень застосування арттерапії в контексті формування життєвої успішності старшокласників.

Упровадження арттерапії в освітній процес експериментальних закладів загальної середньої освіти лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН України здійснюється в межах формувального експерименту на експериментально-практичному етапі дослідження «Формування життєвої успішності учнів старших класів в умовах поствоєнної реальності». Дослідженням охоплено 310 старшокласників із 6 регіонів України – Київської, Сумської, Черкаської, Харківської, Дніпропетровської і Тернопільської областей та м. Києва.

**Результати дослідження.** Рефлексія сучасних вітчизняних і закордонних наукових джерел, присвячених арттерапевтичним практикам, дозволила отримати такі результати. Термін «*арттерапія*» розуміється як зцілення за допомогою творчості шляхом активізації внутрішніх механізмів саморегуляції людини. Учені Нідерландів вважають її «ефективним засобом психокорекційного або реабілітаційного впливу на особистість, який базується на мобілізації нею свого творчого потенціалу, переживанні внутрішніх конфліктів і вирішенні їх, а також на вираженні психо-емоційного стану, зокрема, емоційному структуруванні

моделей почуттів, думок і поведінкових реакцій за допомогою художнього середовища» [3]. З точки зору вітчизняної дослідниці О. Мякушко, «привабливі, зрозумілі й безпечні методи арттерапії дають змогу м'яко вивільнити накопичені почуття дитини, виплеснути приховані емоції, які вона не може вербалізувати, і зняти емоційне напруження у соціально прийнятний спосіб, ... поліпшити її психоемоційний стан, впоратися з проблемами, що зумовлюють її негативні емоції, перетворивши їх на позитивні, дати вихід творчій енергії та знайти вихід зі складної ситуації» [15, с. 365]. При цьому, як зауважує інша вітчизняна вчена В. Городиська, «дуже важливо ...забезпечити передовсім спонтанний вияв емоцій, почуттів і переживань дитини упродовж її творчого процесу. Адже йдеться насамперед про оздоровлення дитини, а не про оцінювання її професіоналізму у галузі ... образотворчого, музичного чи драматичного мистецтва» [11, с. 57].

У сучасному закладі загальної середньої освіти арттерапевтична робота з учнями старших класів має безліч *показань*: низька самооцінка окремих учнів, їхня підвищена тривожність, прояви агресивності й насильства у вигляді мобінгу й булінгу, зокрема кібербулінгу, конфлікти в підліткових групах і неприйняття окремих учнів у середовищі однолітків, неможливість побудови продуктивних взаємин з людьми старшого віку, непорозуміння в родинному середовищі, страхи й нав'язливі думки, депресія тощо. Арттерапія максимально відповідає інтересам і потребам сучасного старшокласника, який характеризується «кліповим мисленням» та звик сприймати світ за допомогою гаджетів. Вона надає зростаючій особистості можливості усвідомити й пережити будь-яку складну життєву ситуацію найбільш зручним і зрозумілим для психіки підлітка способом – через творчість. Методи арттерапії відносно безпечно впливають на глибинні психологічні механізми, стимулюють пропрацювання несвідомих переживань, створюють умови для усвідомлення учнями своєї індивідуальності, особистісної унікальності, сприяють підвищенню самооцінки й виходу на якісно новий рівень самосвідомості, забезпечуючи додаткову захищеність уразливій натурі підлітка та знижуючи властивий учням підліткового віку опір до зовнішніх і внутрішніх змін. Відтак арттерапія «працює» із внутрішніми ресурсами самоцілення учнів, що тісно пов'язані із їхніми творчими здібностями.

Упровадження арттерапії в освітній процес експериментальних закладів загальної середньої освіти відбувалося шляхом створення студії арттерапевтичних практик «Неповторність», яка є структурно-організаційним центром формування життєвої успішності учнів старших класів. До складу студії увійшли: гурток театрального мистецтва «Мрія»; Фолк-music-фабрика; Данс-школа «Імпульс»; Клуб вільного і тематичного живопису; Майстерня арттерапевтичних колажів і інсталяцій; Ліга любителів ліплення «Л у кубі».

Однією з найефективніших арттерапевтичних практик став шкільний театр, зокрема гурток театрального мистецтва «Мрія». Це пов'язано із великим виховним потенціалом театру та його потужним впливом на зростаючу особистість. У формуванні життєвої успішності театр (форум-театр, вистава-пантоміма, публіцистична вистава) сприяє збагаченню індивідуальної картини світу кожного учасника – дозволяє учням обмінюватись інформацією і досвідом, відмінними поглядами, різним світосприйняттям, задіювати водночас розум, емоції і вольові якості, а також спонукає до творчості з урахуванням потенціалу особистості та розвитку емоційного інтелекту, поведінкової гнучкості, рефлексивності, толерантності, навичок ефективної комунікації, стимулює учнів до участі в соціально значущій діяльності тощо.

*Головна мета форум-театру* – дати можливість учневі не лише усвідомити проблему та сформувані своє ставлення до неї, а й здобути навички пошуку шляхів її вирішення. Як правило, матеріал шкільної вистави відповідає реальним подіям із життя підлітків, тому особливостями постановки форум-театру у формуванні життєвої успішності учня є вибір актуальної для старшокласників проблеми; використання реальних аргументів – фактів, цифрових даних; потужний емоційний компонент; задіяність глядачів як в обговоренні сценічного дійства, так і в інтеракціях, що означає участь усіх охочих. Модератор, який веде виставу, знайомить присутніх з проблемою, якій вона присвячена. Актори розігрують ситуацію і зупиняють її на вершині конфлікту, на піку максимальної гостроти. При цьому модератор обов'язково уточнює, чи усвідомлюють глядачі, хто саме потерпає від пригнічення, а хто є пригноблювачем. Форум-театр пропонує втручання учнів у сцени для зміни сюжетних ліній сценарію та передбачає активний пошук самими учнями можливостей для покращення ситуації, у якій опиняється головний герой.

*Вистава форум-театру «Per aspera ad astra» («Крізь тернії до зірок»)* мала на меті спільний пошук вирішення проблеми, пов'язаної з досягненням компромісу в родинному спілкуванні й ділових взаєминах. За допомогою вистави учні навчалися формулювати та репрезентувати власну позицію щодо певної події, явища (наприклад, втрати підлітком довіри до батьків, обрання ним моделей ризикованої поведінки), оптимізувати стосунки з однолітками й дорослими, уникати конфліктів та конструктивно вирішувати їх.

У формуванні життєвої успішності учнів старших класів форум-театр має потужний виховний потенціал: сприяє розвитку *креативного мислення* – під час підготовки вистави учень бере участь в аналізі різних ситуацій, відборі історії, написанні сценарію та його поелементному відпрацюванні; допомагає *критично мислити*: під час «проживання» певних ситуацій учень виявляє вміння бачити глибину проблеми, приймати рішення й аргументувати їх, вести дискусію, уникати конфліктів; формує *підкульне мислення* –

розуміння сценічних партнерів і терпимість до них, взаємна підтримка, довіра, вирішення суперечливих ситуацій на засадах доброзичливості, чуйності і самовладання; сприяє вихованню *самостійної, відповідальної, здатної до саморозвитку особистості* із власною морально-етичною позицією, готовою до викликів сучасності.

*Особливостями вистави-пантоміми* є чіткість і зрозумілість сюжету «без слів», використання засобів міміки, жестів, пластики тіла; яскрава візуалізація (реквізит, мізансценічні рішення, костюми і сценічні атрибути), застосування «закадрового голосу» для більш глибокого розкриття і переконливості змісту вистави. *Вистава-пантоміма «Мій біль – твій біль»* створювала максимальні умови для вільного емоційного контакту, сприяла формуванню доброзичливості, взаємної довіри й толерантності, стимулювала до розвитку навичок самоаналізу і самоконтролю.

*Публіцистична вистава* відрізняється такими ознаками, як сучасність атрибутів та актуальність проблеми; лаконічність сценічного оформлення і мінімізованість декорацій; монтаж епізодів, жанрів, сценічних прийомів (віршовані тексти, відомі пісні, яскраві словесні заклики, театралізовані мініатюри), що дозволяє документальному змісту набувати художньої форми; мобільність і оперативність висвітлення проблеми. *Публіцистична вистава «Ввічливість на шляху до успіху»* активізувала ініціативність учнів у вирішенні життєвих проблем; сприяла розвитку відповідальності, альтруїстичності, комунікативної компетентності, розбудові конструктивного діалогу з однолітками.

*Метою Фольк-music-фабрики* стало відродження фольклорної творчості як однієї з важливих складових української національної художньої культури на основі багатого різнопланового матеріалу (обробки народних пісень, зокрема, ліричні, жартівливі, весільні, танцювальні і хорові пісні, пісні сучасних вітчизняних композиторів). У формуванні життєвої успішності учня *виховний потенціал Фольк-music-фабрики* полягає в розкритті творчої індивідуальності й удосконаленні природних даних кожного учня, зокрема його вокальних можливостей (тембр, діапазон, інтенсивність голосу), емоційно-психологічних особливостей, образного мислення; вихованні звукової культури, виразності, краси звучання; особистісно-психологічної підготовки до публічного виступу, уміння володіти собою.

Зовнішнім проявом внутрішнього стану людини є танець. *Данс-школа «Імпульс»* має на меті задовольнити потребу учнів у руховій активності, сприяти фізичному розвитку й естетичному вихованню учнів, надати початкову хореографічну підготовку, виявити індивідуальні здібності, розвинути почуття ритму, фантазію і танцювальну виразність, виховати художній смак. У формуванні життєвої успішності учня *методами данс-терапії* здійснюється допомога в подоланні стресових станів, сором'язливості й негативних емоцій; розвиток лідерських якостей, працьовитості, старанності, відповідальності,

дисциплінованості, самовладання, упевненості в собі, цілеспрямованості; отримання навичок командної діяльності, ефективної комунікації та роботи на результат; тренування пам'яті, слуху, уважності, поведінкової гнучкості; формування гарного естетичного смаку.

На особливу увагу заслуговує терапія живописом. Пристаємо до думки вчених Малайзії, що «для досягнення конкретної терапевтичної мети терапію живописом доцільно пропонувати учням у двох формах: вільному живописі і тематичному» [8]. Відтак *Клуб вільного і тематичного живопису*, створений на базі експериментальних освітніх закладів, об'єднує учнів, які можуть мати різний рівень здібностей до малювання або не мати їх взагалі, проте найголовнішим для цих здобувачів освіти є бажання творчого самовираження, виявлення прихованих талантів, підвищення самооцінки, зближення з іншими людьми, а також, як відзначають китайські вчені, «звільнення від страхів і бар'єрів, емоційного релаксу, вивільнення позитивної енергії, подолання невпевненості й апатії, пошуку односторонності та більш глибокого розуміння своєї натури» [5]. *Вільний живопис* передбачає безперешкодний вибір учнем теми майбутньої картини і її розміру. Для нього не потрібні професійні навички в малюванні й чітке бачення образів. *Тематичний живопис* присвячений малюнкам до творів української народної творчості й художніх творів української класичної літератури (образи Мавки, Катерини, Марусі Чурай, козака Мамаю, Тараса Бульби, гетьмана Богдана Хмельницького).

*Майстерня арттерапевтичних колажів і інсталяцій* сприяє розвиткові креативності і творчої уяви, формуванню художнього смаку, активізації потреби учнів у нестандартному мисленні, імпровізації, збагаченню їхнього внутрішнього світу, підвищенню рівня цілеспрямованості здобувачів освіти, мотивуванню їх до самопрезентації. *Інсталяції учнів* можуть підкреслювати художню красу матеріалів чи об'єктів і не мати прямих ідейних посилів або відображати їхні коментарі про українське суспільство в стані повномасштабної війни, воєнну агресію Росії проти України, уразливість дитини в умовах воєнної реальності і деокупації.

*Створення учнями колажів із сцен за творами української класичної літератури і сучасної української літератури* (І. Франко «Мойсей», Л. Українка «Лісова пісня», І. Нечуй-Левицький «Кайдашева сім'я», М. Коцюбинський «Тіні забутих предків», В. Стефаник «Камінний хрест», О. Довженко «Щоденник» (періоду війни), І. Багряний «Тигролови», Л. Костенко «Маруся Чурай», О. Турянський «Поза межами болю», І. Римарук «Століття – в зачарованому колі», Ю. Андрухович «Астролог», С. Жадан «Смерть моряка річкового флоту», О. Ірванець «До французького шансон'є», О. Забужко «Читаючи історію» і т. ін.) відбувається шляхом об'єднання декількох візуальних і текстових елементів творів; дає змогу учням зануритися в глибини свого психологічного стану; допомагає фокусуватися на

власних асоціаціях та простежувати зв'язки між доблесною минувиною і героїчною сучасністю. На важливості цього наголошує академік І. Бех: «Зростаюча особистість має діяльнісно долучитися до всіх культурних надбань власного народу, внутрішньо і зовнішньо втілитися у них, мати можливість продовжувати великий національний шлях. Тоді на рівні індивідуального сприйняття у зростаючої особистості минуле й теперішнє розумітиметься як динамічне ціле, яке повинно благотворно жити в ній у повному розумінні цього слова. Так і з'явиться душевне тяжіння зростаючої особистості до свого народу» [9, с. 2].

За допомогою ліплення з пластиліну здобувачі освіти опановують основи формотворення, зокрема створення складних форм на базі простих і їхнє компонування, узгодження основних форм з елементами декору та правила декорування, виконують зображення в об'ємі людей, тварин, птахів, об'єктів неживої природи з урахуванням пропорцій. *Ліга любителів ліплення «Л у кубі»* позитивно впливає на емоційний розвиток, емоційне розвантаження учнів, формування в них умінь подолання негативних емоційних станів, активізує в старшокласників пізнавальні інтереси й моторику.

Під час упровадження арттерапії в практику формування життєвої успішності учнів старших класів застосовано різні *форми організації арттерапевтичної діяльності* здобувачів освіти: *фронтальна* – участь усіх учнів у процесі дискусій, аналізу ситуацій, «мозкового штурму», тематичних зустрічей, бесід; *групова* – робота старшокласників у малих творчих групах (рольові ігри, підготовка сценаріїв, танців); *індивідуальна робота* – розроблення костюмів, роль модераторів, виконання завдань з відео- та аудіоелементами постановок вистав, пісенні виступи, самостійне створення картин, колажів, інсталяцій і т. ін.

Відтак арттерапевтичні практики є ефективними у фізичному, психічному й духовному оздоровленні учня, полегшують його інтеграцію в суспільство й адаптацію в ньому, сприяють формуванню якостей і навичок життєво успішної особистості. Вони відповідають підлітковому мисленню – більш конкретному й образному, ніж у дорослих, та пропонують демократичний стиль роботи з учнями (відмова педагогів від команд, наказів, вимог і примусів, самостійне обрання здобувачами освіти виду діяльності, її змісту, матеріалів і темпу її виконання, можливість учня «бути пасивним» – невиконання певного завдання і спостереження за роботою інших, заборона негативних оцінок, принизливих суджень, критики і покарань). Водночас важливим для учнів є *процес, а не результат!*

Арттерапевтичні практики мають суттєві переваги у формуванні життєвої успішності старшокласників в умовах воєнного стану і поствоєнної реальності. Вони виконують не лише розвивальну, творчу і соціалізувальну функції, але й основну – відновлення особистості – терапевтичну (діагностична, профілактична, психогігієнічна, реабілітаційна), зокрема «працюють» з думками, почуттями й емоціями, які здаються нездоланими (матеріальні й

соціальні втрати, смерть рідних чи близьких, хвороби і травми, зміна місця проживання і навчання, тяжкі сновидіння, панічні атаки) та допомагають учням, насамперед підліткам уразливих категорій і «груп ризику», у вираженні агресивних почуттів, підсвідомих конфліктів і внутрішніх переживань соціально-прийнятними засобами, зокрема створенням образів художньої творчості.

Зауважимо, що в умовах студії арттерапевтичних практик «Неповторність» учень може самостійно обрати творчий інструмент (образотворчі, рухові чи звукові засоби) для самопізнання, самовираження і самоцілення.

**Обговорення.** Ми поділяємо позицію сучасних закордонних дослідників [5; 7; 8], які підкреслюють, що арттерапевтичні практики сприяють збереженню цілісності особистості та водночас підвищенню ефективності освітнього процесу, оскільки здатні поєднувати інтелектуальне і художнє сприйняття світу, залучають здобувачів освіти до духовних цінностей, допомагають розвитку всіх органів чуття, а також уваги й інтуїції.

Суголосними є наукові висновки вітчизняних учених, які наголошують на гармонізації психічного стану як основному предметі арттерапії [12, с. 245], а також американських дослідників, згідно з якими «арттерапія значною мірою сприяє творчому, символічному самовираженню емоцій, переживань і спогадів, і є більш ефективною для позитивних змін у психічному стані учнів, ніж будь-які інші засоби» [6], та індійських учених, які відзначають високу результативність арттерапевтичних практик у покращенні ментального здоров'я підлітків «груп ризику», зокрема, «підвищення когнітивних і нейросенсорних здібностей учнів, зменшення руйнівних наслідків стресу, підвищення поведінкової гнучкості, поліпшення міжособистісної комунікації з однолітками й дорослими і досягнення ними відчуття успішної самореалізації» [7].

Погоджуємось із закордонними вченими [3; 5; 8], що суттєвими перевагами арттерапії є особлива «м'якість» психокорекційних прийомів і впливів та відсутність обмежень у застосуванні. Арттерапія поєднує активне і пасивне, навчає одночасно і думати, і відчувати, урівноважувати емоції і мислення, тобто задіює потужні терапевтичні механізми та впливає на фізичний, інтелектуальний, психічний і духовний виміри особистості, що створює умови для глибокої рефлексії й самопізнання. Важливість одночасного розвитку когнітивних і соціально-емоційних навичок учнів для успішної життєдіяльності в складних умовах мінливого середовища підкреслюють учені Великої Британії [1, с. 186]. Вітчизняна дослідниця О. Мякушко, розмірковуючи з приводу застосування технік арттерапії для гармонізації емоційного стану дітей, зауважує, що «заняття з арттерапії позбавлені примусу і тому сприймаються скоріше як гра, а відсутність жорстко заданого результату роботи і критики з боку дорослих щодо створених образів дають змогу дитині відчувати у кризових і

стресогенних ситуаціях соціальну підтримку та впевненість у власних силах як творця» [15, с. 365].

Згідно з дослідженнями чеських учених, які використовували елементи гейміфікації в інтелектуальному і творчому розвитку здобувачів освіти, під час роботи команди над творчим завданням необхідно «акцентувати увагу учнів на розробленні чіткого алгоритму дій і сегментуванні завдання на кілька більш-менш незалежних підзадач» [4]. Креативне мислення, проактивність і вміння структурувати інформацію та шукати альтернативні рішення чеські вчені вважають важливими для формування готовності учнів до позитивної соціальної взаємодії й самореалізації, відповідального здійснення ними життєвого і професійного вибору. Результати їхніх досліджень показали значні зміни в поведінці учнів, зокрема покращення навичок ефективної комунікації, підвищення ініціативності й соціальної мобільності. Ми дійшли схожих наукових висновків під час запровадження арттерапевтичних практик, зокрема методики форум-театру: опрацювання інформації під час підготовки сценарію, розвиток навичок діагностики конкретної ситуації, вироблення алгоритму прийняття рішень для неї і самостійного вибору шляхів вирішення обговорюваної на форумі проблеми допомагає старшокласникам набути відповідальності й упевненості в собі, відчутти свою значущість для інших, адекватно сприймати оточення, усвідомлювати власні переваги й недоліки, стимулює учнів до активності і соціальної взаємодії, сприяє розвитку креативності й нестандартного мислення, конструктивному ставленню до дійсності, уважності і чіткості в побудові й реалізації планів.

Нам імпонує також думка шведських дослідників щодо позитивних ефектів спільної роботи учнів над певним творчим проектом, оскільки «колективне прийняття викликів, командне узгодження плану дій, розподіл обов'язків відповідно до здібностей і можливостей учасників, взаємне наставництво, індивідуальна відповідальність кожного за спільний результат зміщують увагу учнів зі своїх негативних психічних станів до позитивних аспектів потенційних творчих рішень» [2]. Як і авторка цієї статті, шведські вчені вважають формування навичок творчої роботи в команді, партнерської взаємодії важливим для здійснення позитивних впливів на особистісний розвиток учнів, надання їм допомоги у знаходженні свого місця в житті й опанування ними способів продуктивної реалізації власних життєвих проєктів. Зазначимо, що участь учнів у командній творчій діяльності активізує процеси рефлексії, самоконтролю й самовиховання, посилює в учнів бажання участі в обговоренні й розв'язанні різних складних і цікавих для них життєвих ситуацій та прагнення бути життєво успішними.

**Висновки.** Таким чином, арттерапевтичні практики є невербальним інструментом осмислення дійсності підлітком, знаходження власного місця в ній і взаємин з нею та

безпечним засобом зменшення фізичної втоми підлітка і зняття його психічного напруження. Упровадження арттерапевтичних практик у процес формування життєвої успішності учнів старших класів сприяє ефективній самоідентифікації підлітків – усвідомленню й оцінці ними наявних почуттів, спогадів минулого й образів майбутнього, життєвих цілей, власних цінностей і орієнтирів; підвищує навчальні показники шляхом корекції емоційних і поведінкових порушень учнів, розвитку в учнів пам'яті, критичного і креативного мислення, уваги й уваги, стимулювання їхньої пізнавальної активності, самоконтролю і внутрішнього порядку, емпатії і партнерських узаємин, мотивації життєвого успіху, отримання ними цінного досвіду позитивних змін.

Результатом створення студії арттерапевтичних практик «Неповторність» стало зростання потреби старшокласників у самовизначенні, розширення індивідуально-психологічного досвіду самореалізації здобувачів освіти, також відзначено здійснення соціально значущих учнівських ініціатив, розвиненість необхідних для життєвого успіху ключових навичок та життєтворчих здібностей учнів старших класів.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі пов'язані з дослідженням проблем розвитку асертивності і стресостійкості учнів у контексті формування успішної особистості старшокласника, а також із систематизацією практичного досвіду формування життєвої успішності учнів закладів загальної середньої освіти в умовах поствоєнної реальності.

#### Список використаних джерел

1. Fink E., Browne W., Hughes C., Gibson J. Using a «child's-eye view» of social success to understand the importance of school readiness at the transition to formal schooling. *Social Development*. 2019. Vol. 28 (1). P. 186–199. <https://doi.org/10.1111/sode.12323>
2. Garmy P., Möller U. O., Winberg C., Magnusson L., Kalnak N. Benefits of participating in mastermind groups. *Health Education and Care*. 2019. Vol. 4. <http://dx.doi.org/10.15761/HEC.1000155>
3. Haeyen S. Strengthening the Healthy Adult Self in Art Therapy: Using Schema Therapy as a Positive Psychological Intervention for People Diagnosed With Personality Disorders. *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol. 10. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00644>
4. Hornik T., Coufal P., Musilek M., Hubalovsky S. A Solution of the Mastermind Board Game in Scratch Suitable for Education – Results of the Preliminary Case Study. *International Journal of Computers*. 2017. Vol. 2. P. 214–219.
5. Hu J., Zhang J., Hu L., Yu H., Xu J. Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental Disorders. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686005>
6. King J. L., Kaimal G. Approaches to Research in Art Therapy Using Imaging Technologies. *Frontiers in Human Neuroscience*. 2019. Vol. 13. <http://dx.doi.org/10.3389/fnhum.2019.00159>
7. Shukla A., Choudhari S. G., Gaidhane A. M., Syed Z. Q. Role of Art Therapy in the Promotion of Mental Health: A Critical Review. *Cureus*. 2022. Vol. 14 (8). <http://dx.doi.org/10.7759/cureus.28026>
8. Wang J. H., Abdullah A. B. A Summary of Expressive Arts Therapy and Painting Therapy. *Creative Education*. 2024. Vol. 15. P. 278–288. <http://dx.doi.org/10.4236/ce.2024.152016>
9. Бех І. Д. Патріотизм у духовному злеті народу. Наукова доповідь на методологічному семінарі НАПН України «Національно-патріотичне виховання дітей та молоді в умовах воєнного стану та повоєнного відновлення України: стратегії і завдання», 6 квітня 2023 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. № 5(1). С. 1–7. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5117>
10. Бех І. Д. Самореалізація особистості як визначальний чинник її життєдіяльності. *Багатомірність особистості: теорія, психодіагностика, корекція. Зб. наук. праць за матеріалами*

*Всеукр. наук.-практ. семінару з міжнар. участю (м. Полтава, 23 березня 2017 р.)*. Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2017. С. 31–36.

11. Городиська В. В. Упровадження арт-терапії як інноваційної технології у дошкільних закладах освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2020. № 69. Т. 1. С. 56–61. <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.69-1.10>

12. Дмитрієва І., Іваненко А., Одинченко Л. Артпедагогіка як сучасний педагогічний напрям у спеціальній освіті. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2023. № 1 (103). С. 241–250. [https://doi.org/10.31865/2077-1827.1\(103\)2023.284566](https://doi.org/10.31865/2077-1827.1(103)2023.284566)

13. Кремень В. Г. Педагогічна наука – Новій українській школі. Виступ президента НАПН України на Національному освітньому форумі «Нова українська школа 2020/2021: синергія, інтеграція, менеджмент», 30 листопада 2021 р., м. Київ, Україна. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. № 3(2). С. 1–7. <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-2-2-4>

14. Максименко С. Д. Концепція розвитку психогенетичного потенціалу особистості в період війни. Наукова доповідь на методологічному семінарі «Актуальні проблеми охорони психічного здоров'я українського народу у воєнний і повоєнний час», 16 листопада 2023 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. № 5(2). С. 1–7. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5230>

15. Мякушко О. І. Застосування технік арт-терапії для гармонізації емоційного стану дітей з порушеннями інтелекту: матеріали IX Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології «Освіта осіб з особливими потребами в умовах миру і війни» (м. Київ, 25-26 жовтня 2023 р.). Київ, 2023. С. 362–367.

### References

1. Fink, E., Browne, W., Hughes, C., & Gibson, J. (2019). Using a “child's-eye view” of social success to understand the importance of school readiness at the transition to formal schooling. *Social Development*, 28(1), 186–199. <https://doi.org/10.1111/sode.12323>

2. Garmy, P., Möller, U. O., Winberg, C., Magnusson, L., & Kalnak, N. (2019). Benefits of participating in mastermind groups. *Health Education and Care*, 4. <http://dx.doi.org/10.15761/HEC.1000155>

3. Haeyen, S. (2019). Strengthening the Healthy Adult Self in Art Therapy: Using Schema Therapy as a Positive Psychological Intervention for People Diagnosed With Personality Disorders. *Frontiers in Psychology*, 10, 644. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00644>

4. Hornik, T., Coufal, P., Musilek, M., & Hubalovsky, S. (2017). A Solution of the Mastermind Board Game in Scratch Suitable for Education – Results of the Preliminary Case Study. *International Journal of Computers*, 2, 214–219.

5. Hu, J., Zhang, J., Hu, L., Yu, H., & Xu, J. (2021). Art Therapy: A Complementary Treatment for Mental Disorders. *Frontiers in Psychology*, 12, 686005. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2021.686005>

6. King, J. L., & Kaimal, G. (2019). Approaches to Research in Art Therapy Using Imaging Technologies. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13, 159. <http://dx.doi.org/10.3389/fnhum.2019.00159>

7. Shukla, A., Choudhari, S. G., Gaidhane, A. M., & Syed, Z. Q. (2022). Role of Art Therapy in the Promotion of Mental Health: A Critical Review. *Cureus*, 14(8). <http://dx.doi.org/10.7759/cureus.28026>

8. Wang, J. H., & Abdullah, A. B. (2024). A Summary of Expressive Arts Therapy and Painting Therapy. *Creative Education*, 15, 278–288. <http://dx.doi.org/10.4236/ce.2024.152016>

9. Bekh, I. D. (2023). Patriotyzm u dukhovnomu zleti narodu. Naukova dopovid na metodolohichnomu seminarі NAPN Ukrainy «Natsionalno-patriotychne vykhovannia ditei ta molodi v umovakh voiennoho stanu ta povoiennoho vidnovlennia Ukrainy: stratehii i zavdannia» [Patriotism in the spiritual rise of the people. Scientific report at the methodological seminar of the National Academy of Sciences of Ukraine «National-Patriotic Education of Children and Youth in the Conditions of Martial Law and Post-War Reconstruction of Ukraine: Strategies and Tasks», April 6, 2023]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5117>

10. Bekh, I. D. (2017). Samorealizatsiia osobystosti yak vyznachalniy chynnyk yii zhyttiediialnosti [Self-realization of an individual as a determining factor in his life activity]. *Bahatovymirnist osobystosti: teoriia, psykhodiahmostyka, korektsiia* (pp. 31–36). Poltava: PNU imeni V. H. Korolenka.

11. Horodyska, V. V. (2020). Uprovadzhenia art-terapii yak innovatsiinoi tekhnolohii u doshkilnykh zakladakh osvity [Implementation of art therapy as an innovative technology in preschool educational institutions]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolkakh*, 69, 1, 56–61. <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2020.69-1.10>

12. Dmytriieva, I., Ivanenko, A., & Odynchenko, L. (2023). Artpedahohika yak suchasnyi pedahohichniy napriam u spetsialnii osviti [Art pedagogy as a modern pedagogical direction in special

education]. *Humanizatsiia navchalno-vykhovnoho protsesu*, 1(103), 241–250. [https://doi.org/10.31865/2077-1827.1\(103\)2023.284566](https://doi.org/10.31865/2077-1827.1(103)2023.284566)

13. Kremen, V. H. (2021). Pedagogichna nauka – Novii ukrainskii shkoli. Vystup prezidenta NAPN Ukrainy na Natsionalnomu osvithnomu forumi «Nova ukrainska shkola 2020/2021: synerhiia, intehratsiia, menedzhment» [Pedagogical science – New Ukrainian school. Speech of the President of the National Academy of Sciences of Ukraine at the National Educational Forum «New Ukrainian School 2020/2021: Synergy, Integration, Management»]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy*, 3(2), 1–7. <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-2-2-4>

14. Maksymenko, S. D. (2023). Kontseptsiiia rozvytku psykhohehetychnoho potentsialu osobystosti v period viiny. Naukova dopovid na metodolohichnomu seminari «Aktualni problemy okhorony psykhhichnoho zdorovia ukrainskoho narodu u voiennyi i povoiennyi chas» [The concept of the development of the psychogenetic potential of the individual during the war. Scientific report at the methodological seminar «Actual problems of mental health protection of the Ukrainian people in war and post-war times»]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy*, 5(2), 1–7. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5230>

15. Miakushko, O. I. (2023). Zastosuvannia tekhnik art-terapii dlia harmonizatsii emotsiinoho stanu ditei z porushenniamy intelektu [Application of art therapy techniques to harmonize the emotional state of children with intellectual disabilities]. *Osvita osib z osoblyvymy potrebamy v umovakh myru i viiny: Proceedings IX Interntional Congress of Speacil Education and Psykhology*. Kyiv, 362–367.

**Valeriia Necherda,**

*PhD in Pedagogy, Senior Researcher,*

*Institute of Problems on Education of the NAES of Ukraine,  
Kyiv*

## **STUDIO OF ART THERAPEUTIC PRACTICES IN THE CONTEXT OF FORMATION OF SENIOR SCHOOL STUDENTS' LIFE SUCCESSFULNESS OF**

**Abstract.** *The purpose of the research is to substantiate the potential of art therapy as a means of shaping students' life successfulness and to present the successful experience of applying art therapy practices in the educational process of experimental institutions of general secondary education. The tasks of the mentioned work are the summarization of data concerning art therapy in educational science and practice, in particular, in the formation of students' life successfulness and highlighting the features of the structural and organizational focus on the formation of life successfulness of senior school students, which is presented by the studio of art therapy practices «Inimitability».*

*System-structural analysis of domestic and foreign psychological-pedagogical sources regarding the problem of introducing art therapy into the educational process of general secondary education institutions, as well as theoretical generalization, comparison and reinterpretation of the obtained data to formulate the conclusions of the research were chosen as theoretical methods. Empirical methods were the «equal to equal» method, «brainstorming», theatrical games, analysis of situations, discussions, with their assistance art therapy practices were introduced into the process of forming the life successfulness of senior school students. Personally oriented, acmeological and competence approaches became the theoretical and methodological basis of the research.*

*The author outlines indications for art therapy work with senior school students and indicates the maximum correspondence of art therapy to the interests and needs of modern senior school students. The work examines the components of the studio of art therapy practices «Inimitability», namely: the group of theatrical art «Dream»; Folk music factory; Dance school «Impulse»; Club of free and thematic painting; Workshop of art therapy collages and installations; League of sculpting enthusiasts «L in the cube», attention is focused on the educational potential of these practices and various forms of organization of art therapy activities of high school students are defined.*

*The proposed research singles out the main function of art therapy – the function of personality restoration (diagnostic, preventive, psychohygienic, rehabilitation), together with developmental, creative and socializing, and highlights the advantages of art therapy in shaping the life successfulness of senior school students in the conditions of military rule and post-war reality. Based on the obtained results, the growth of the necessity of senior school students for self-determination and achievement of life success, the expansion of the individual and psychological experience of self-realization of students, the implementation of socially significant students' initiatives, the development of key skills and life-creating abilities of senior school students necessary for life success were noted.*

*Key words: art therapy, life successfulness, senior school students, theater arts group, dance school, free and thematic painting club, collage and installation workshop.*

Стаття надійшла до редакції 19.08.2024.  
Стаття прийнята до публікації 29.08.2024.