

АРТТЕРАПІЯ ЯК РЕСУРС ПІДТРИМКИ ВНУТРІШНЬОЇ РІВНОВАГИ КЛІЄНТА В ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

ART THERAPY AS A MEANS OF ENHANCING THE CLIENT'S EMOTIONAL BALANCE IN PSYCHOLOGICAL COUNSELING

У статті здійснено теоретико-аналітичне осмислення арттерапії як ресурсу підтримки внутрішньої рівноваги клієнта в межах психологічного консультування. Обґрунтовано доцільність інтеграції арттерапевтичних методів у структуру консультативної допомоги з урахуванням їх здатності забезпечувати емоційно-сенсорну реконсолідацію внутрішнього досвіду, активізувати приховані ресурси особистості та сприяти гармонізації її психоемоційного стану. Підкреслено, що сучасне психологічне консультування виходить за межі традиційної вербальної взаємодії, вимагаючи застосування гнучких, індивідуалізованих і клієнтоорієнтованих підходів, серед яких арттерапія виявляється особливо релевантною. Здійснено аналіз наукових публікацій, у яких розкрито різні аспекти використання артпрактик у роботі з військовими, молоддю, дітьми, а також із клієнтами у стані кризи, травматичного досвіду або емоційної дезорганізації. Розглянуто типологію арттерапевтичних технік за функціональним критерієм: діагностичні, корекційні, підтримувальні, стабілізаційні, рефлексивно-ресурсні. Аргументовано ефективність їх використання в поєднанні з вербальними стратегіями психологічного супроводу.

Особливу увагу приділено феномену внутрішньої рівноваги клієнта, який автором визначено як динамічну структурну єдність трьох компонентів: когнітивно-емоційного, поведінкового та сенсожиттєвого. У статті обґрунтовано, що внутрішня рівновага є не лише наслідком ефективного консультування, а й критерієм його якості, ціллю взаємодії та маркером особистісного функціонування. Розкрито роль психолога-консультанта як модератора процесів інтеграції клієнтського досвіду та фасилітатора змін.

Узагальнення сучасних досліджень дало змогу сформулювати науково обґрунтовану позицію щодо статусу арттерапії як інтегративного напрямку психологічної допомоги, здатного діяти на різних рівнях особистісного функціонування. Арттерапія розглядається не лише як метод, а і як особливий тип психологічної взаємодії, що поєднує м'якість впливу з глибоким трансформаційним потенціалом. Зроблено висновок про необхідність подальших емпіричних досліджень динаміки внутрішньої рівноваги в процесі арттерапевтичного супроводу.

Ключові слова: арттерапія, психологічне консультування, внутрішня рівновага, психологічна допомога, ресурси особистості.

The article provides a theoretical and analytical overview of art therapy as a resource for maintaining the client's inner balance in the process of psychological counselling. The relevance of integrating art therapy methods into the structure of professional psychological support is substantiated, considering their ability to ensure the emotional-sensory reconsolidation of internal experience, activate latent personal resources, and contribute to the harmonization of the client's psycho-emotional state. It is emphasized that modern counselling goes beyond traditional verbal interaction, requiring flexible, individualized, and client-centered approaches, among which art therapy is particularly effective. The article analyzes scientific publications addressing various aspects of using art-based practices in work with military personnel, youth, children, and clients experiencing crises, trauma, or emotional disorganization. A typology of art therapy techniques is considered according to their functional purpose: diagnostic, corrective, supportive, stabilizing, and reflective-resource-based. The effectiveness of combining these techniques with verbal strategies of psychological support is argued.

Special attention is given to the phenomenon of inner balance, which the author conceptualizes as a dynamic structural unity of three interrelated components: cognitive-emotional, behavioral, and existential-meaningful. It is argued that inner balance is not only a result of successful counselling but also a criterion of its quality, a goal of the interaction, and a marker of adaptive personal functioning. The role of the psychological counsellor is defined as that of a moderator of integration processes, a facilitator of change, and a guide toward subjective wholeness.

The generalization of current research allows for the formulation of a scientifically grounded position regarding the status of art therapy as an integrative modality of psychological assistance capable of operating on various levels of personal functioning. Art therapy is viewed not merely as a method but as a distinct type of psychological interaction that combines gentle influence with deep transformative potential. The conclusion highlights the need for further empirical research into the dynamics of inner balance within art therapy-based counselling.

Key words: art therapy, psychological counselling, inner balance, psychological support, personal resources.

УДК 159.942:159.963

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.78.1.35>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Чернякова О.В.

к.психол.н., доцентка, доцентка кафедри філософії та психології Київський університет інтелектуальної власності та права; к.психол.н., доцентка, доцентка кафедри мовних та гуманітарних наук ТОВ «Технічний університет «Метінвест політехніка»
ORCID ID: 0000-0002-0384-4829

Куценко І.В.

к.психол.н., доцентка, доцентка кафедри філософії та психології Київський університет інтелектуальної власності та права
ORCID ID: 0009-0003-2215-6006

Постановка проблеми. В умовах безпрецедентної психологічної турбулентності, спричиненої війною, соціальними кризами та зростанням рівня особистісної тривожності, особливої актуальності набуває пошук ефективних підходів підтримки внутрішньої рівноваги особистості. Психологічне консультування як форма професійної допомоги дедалі частіше інтегрує методи, що виходять за

межі суто вербальної взаємодії. Одним із таких є арттерапія.

Водночас наукова проблема полягає в недостатній розробленості теоретико-методологічного підґрунтя застосування арттерапії саме в межах психологічного консультування як цілісного процесу підтримки. Зокрема, потребує подальшого дослідження взаємозв'язок між арттерапевтичними

впливами та відновленням внутрішньої рівноваги клієнта, визначення критеріїв ефективності такої взаємодії та окреслення ролі консультанта в цьому процесі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Упродовж останнього десятиліття спостерігається активізація наукового інтересу до арттерапії як інструменту психологічної допомоги, зокрема в межах психологічного консультування. Основний акцент у дослідженнях зроблено на терапевтичному, ресурсному, корекційному та інтеграційному потенціалі досліджуваного підходу.

Ю. Бриндіков розглядає арттерапію як ефективний засіб психоемоційної реабілітації військовослужбовців, що повертаються із зони бойових дій [1]. У руслі психосоціального підходу О. Вознесенська підкреслює роль артпрактик у відновленні емоційної цілісності особистості через активацію глибинних ресурсів [4].

Н. Володарська вказує на значення творчих методів у підвищенні адаптивності студентської молоді під час війни [5], а М. Замелюк з колегами акцентують на функції самореалізації за допомогою арттерапії [7].

З методологічної позиції Я. Віхляєва пропонує диференціацію артметодів у консультуванні, поділяючи їх на психодіагностичні, корекційні та ресурсно-рефлексивні [3], що співзвучно з класифікацією технік у дослідженні О. Василевської та Л. Дворніченко [2].

Окремої уваги вимагають позиції Н. Квітки [8, с. 97], О. Кихтюк і Т. Федотової [9, с. 70], які аналізують артпрактики в корекційно-розвивальній та клінічній роботі.

Застосування арттерапії в кризовому консультуванні розглядається в роботах О. Чернякової та співавт. [15], тоді як В. Швець пропонує модель інтегрованої арттерапії, спрямованої на гармонізацію внутрішнього стану молоді [16].

Питання професійної свідомості консультанта у взаємодії з арттерапевтичним простором аналізує Н. Шевченко, наголошуючи на значенні рефлексивності й емоційної зрілості фахівця [17].

Узагальнюючи, можна зробити висновок про послідовне розширення теоретико-практичних засад арттерапії як складника психологічного консультування, що підтверджує релевантність сучасним запитам практичної психології.

Мета статті – теоретично осмислити перспективи використання арттерапії як ресурсу підтримки внутрішньої рівноваги клієнта в процесі психологічного консультування.

Виклад основного матеріалу. В умовах підвищеної емоційної турбулентності, викликаній соціальними кризами, воєнними діями, порушеннями стабільності життєвого простору, особливої актуальності набувають підходи психотерапевтичного впливу, спрямовані на активацію внутрішніх ресурсів клієнта. Одним із таких напрямів, що поєднує дію на когнітивному, емоційному та сенсорно-перцептивному рівнях, є арттерапія.

На думку Ю. Бриндікова, арттерапевтичні практики є надзвичайно релевантними для роботи з контингентом, що зазнав глибокого психотравматичного впливу, зокрема військовослужбовцями, які повернулися із зони бойових дій. Автор підкреслює, що в умовах психосоматичного напруження саме творчі методи сприяють зниженню рівня тривожності, відновленню емоційного контакту з собою та іншими, а також актуалізації внутрішніх ресурсів на символічному рівні [1, с. 107]. Так, арттерапія не лише виконує функцію емоційного розвантаження, а й ініціює процеси зцілення особистості.

Такі підходи знаходять підтвердження в дослідженнях О. Вознесенської, яка розглядає арттерапію як ефективний засіб психосоціального відновлення клієнта, здатний гармонізувати взаємодію між його внутрішнім світом та зовнішніми умовами буття. Авторка виокремлює декілька функцій артпрактик: комунікативну, компенсаційну, рефлексивну та інтерпретаційну. Особливої уваги заслуговує її теза про те, що арттерапія активізує латентні можливості особистості, які не завжди можуть бути залучені в межах вербального консультування [4, с. 30]. Ми погоджуємося з такою позицією, оскільки саме невербальний компонент мистецького впливу часто є ключовим у роботі з психологічною травмою.

Зіставляючи наведені підходи з міркуваннями Н. Володарської, яка досліджує вплив арттерапії на внутрішні ресурси студентської молоді в умовах війни, можна простежити спільну лінію: арттерапія розкриває ресурсні джерела особистості через символічну трансформацію переживань. Авторка доводить, що у форматі групових арттерапевтичних занять відбувається посилення когнітивної гнучкості, емоційної стійкості та здатності до саморефлексії [5, с. 9–10]. Порівняно з підходом Ю. Бриндікова, де акцент зміщено на реабілітаційний потенціал, Н. Володарська наголошує на розвитку адаптаційних механізмів у здорових, але вразливих категорій осіб. У цьому контексті доречним є висновок, що арттерапія функціонує як універсальний інструмент підтримки, релевантний як для реабілітаційної, так і для профілактичної практики.

Дослідження Т. Голінської свідчать про ефективність арттерапевтичного впливу в роботі з дітьми, зокрема в аспекті формування ідентичності, вираження емоцій та подолання внутрішніх конфліктів. Авторка вважає, що засоби мистецтва допомагають безпечно обробляти травматичні переживання, які не завжди можуть бути проговорені, тим самим сприяючи психологічній стабілізації дитини [6, с. 17]. На нашу думку, це підкреслює багаторівневу адаптивність арттерапії до вікових та індивідуальних особливостей клієнта, що підтверджує її інтегративний характер.

У контексті самореалізації особистості дослідження М. Замелюк, Л. Магдисюк та Н. Ольхової пропонують концептуалізацію арттерапії як простору креативного розвитку. Автори наголошують, що

мистецька діяльність у терапевтичному форматі не лише знімає психологічне напруження, а й актуалізує прагнення до особистісного зростання, сприяє цілісному самопізнанню [7, с. 53–54]. Такий підхід значною мірою доповнює реабілітаційні та компенсаторні функції арттерапії, підкреслюючи її розвивальний потенціал.

Питання ресурсної природи мистецтва в арттерапії детально аналізує І. П'ятницька-Позднякова, яка систематизує види мистецтва за їх потенціалом психотерапевтичного впливу. Вона виділяє образотворче мистецтво, музику, театр, літературу як ключові носії символічного змісту, здатного трансформувати внутрішній стан клієнта [13, с. 38]. Такий класифікаційний підхід заслуговує на увагу, адже дає змогу добирати техніки з урахуванням індивідуальних характеристик і потреб клієнта.

Окремо варто звернутися до висновків Н. Панасенко, яка зосереджується на функції стабілізації психоемоційного стану через арттерапію. Авторка вказує на те, що мистецькі практики допомагають зменшити симптоматику тривожності, нормалізувати афективний фон та активізувати ресурси самодопомоги [14, с. 170–171]. Так, ми погоджуємось із тезою, що арттерапія діє не лише як підтримка, а і як механізм відновлення психологічної рівноваги.

Узагальнюючи вищенаведене, можемо дійти висновку, що арттерапія як психотерапевтичний напрям поєднує дію на емоційному, когнітивному та сенсорному рівнях. Вона виконує функцію символічного реконструювання внутрішнього досвіду, що дає змогу мобілізувати внутрішні ресурси клієнта. На нашу думку, арттерапію доцільно визначати як процес емоційно-сенсорної реконсолідації особистості, який реалізується через творчі дії та спрямований на відновлення внутрішньої цілісності. Вищевикладене дає змогу розглядати арттерапію як інтегративну форму не лише емоційної підтримки, а й особистісного розвитку в межах психологічного консультування.

Сучасне психологічне консультування розглядається не лише як вербальна взаємодія консультанта та клієнта, спрямована на вирішення окремих проблем, а і як комплексний процес підтримки, розвитку й гармонізації особистості, що реалізується завдяки стосункам між фахівцем та клієнтом.

На думку С. Мельничука, психологічне консультування повинно бути спрямоване на активізацію впевненості клієнта у власних силах та можливостях. Автор підкреслює, що впевненість є не лише результатом ефективного консультування, а і його рушієм, оскільки формує внутрішню опору, необхідну для реалізації змін [11, с. 192–193]. Такий підхід указує на важливість емоційної та когнітивної стабільності як основи для конструктивного консультування. У цьому контексті ми вважаємо за доцільне включення арттерапевтичного компонента, який сприяє формуванню впевненості опосередковано через зняття психоемоційного напруження та створення безпечного простору для самовираження.

Інший погляд пропонує М. Мушкевич, аналізуючи моделі консультування та психотерапії. Автор виокремлює декілька ключових підходів, зокрема директивний, недирективний, інтегративний, та вказує на значення адаптації моделі до конкретного клієнта й запиту [12, с. 125]. Особливої уваги заслуговує його акцент на феномені діалогічної взаємодії, де консультант виступає не як носій «готових рішень», а як фасилітатор процесу особистісної трансформації клієнта. З огляду на це, роль консультанта як модератора процесів саморегуляції набуває центрального значення, оскільки саме він створює умови для відновлення внутрішньої рівноваги без прямого втручання у зміст рішень клієнта. Арттерапевтичні техніки, інтегровані в такі моделі, посилюють гнучкість процесу та сприяють включенню клієнта в глибше проживання власного досвіду.

У дослідженні Н. Шевченко розглядається професійна свідомість психолога-консультанта як структурно складне утворення, що визначає якість взаємодії з клієнтом. Авторка обґрунтовує, що консультант має володіти не лише знаннями й навичками, а й високим рівнем рефлексивності, здатністю до емоційної саморегуляції, емпатії та стабільного професійного Я [17, с. 13–14]. На нашу думку, саме такі якості консультанта є ключовими для формування довірливої атмосфери, у якій клієнт може віднайти внутрішню рівновагу. У контексті впровадження арттерапевтичних компонентів ці якості посилюють ефективність невербального діалогу між консультантом та клієнтом.

У процесі аналізу зазначених підходів до психологічного консультування виникає потреба в більш чіткому теоретичному окресленні самого феномену внутрішньої рівноваги клієнта, яка, на нашу думку, є багатоаспектною. Пропонуємо авторське бачення внутрішньої рівноваги як структурної єдності трьох взаємопов'язаних компонентів:

- когнітивно-емоційного – здатність до усвідомлення, вербалізації і регуляції емоційних станів, раціоналізації досвіду;
- поведінкового – готовність до активної взаємодії із середовищем, виявлення конструктивних стратегій реагування;
- сенсожиттєвого – наявність внутрішніх смислових орієнтирів, що забезпечують суб'єктивну цілісність та напрям саморозвитку.

Запропонована структура дає змогу розглядати внутрішню рівновагу не як статичний і сталий, а як динамічний процес інтеграції та адаптації, що змінюється під впливом життєвих обставин і психологічної підтримки. Консультант, відповідно, виступає фасилітатором цього процесу, а не провайдером рішень. Такий підхід, на нашу думку, є більш гуманістичним і відповідає сучасному баченню психологічної допомоги.

Так, проаналізовані підходи дають підстави стверджувати, що психологічне консультування – це багаторівнева система підтримки, де внутрішня рівновага клієнта є як метою, так і критерієм ефективності. Арттерапевтичні методи, інтегровані

в консультативну практику, відіграють роль інструментів, що активізують механізми саморефлексії, емоційної інтеграції та сенсоутворення. Вищевикладене дає нам підстави для подальшого розгляду методів такої інтеграції в контексті системи психологічної допомоги.

У сучасній психотерапевтичній практиці арттерапія дедалі частіше розглядається як самостійний інструмент психологічної допомоги, здатний адаптуватися до різних клієнтських запитів, вікових та соціальних груп. Її універсальність, гнучкість та ефективність особливо цінні в контексті кризової, клінічної, посттравматичної допомоги, де стандартні вербальні інтервенції виявляються недостатніми. Саме в такому ракурсі, як поліфункціональна форма психологічної допомоги, доцільно проаналізувати техніки, можливості та контексти застосування арттерапії.

На думку О. Василевської та Л. Дворніченко, арттерапевтичні техніки в консультуванні умовно поділяються на три великі групи: діагностичні, корекційні та підтримувальні. Авторки підкреслюють, що арттехніки забезпечують «обхід» психологічних захистів, допомагаючи виявити несвідомі переживання та конфлікти, які важко проговорити в межах класичного діалогу [2, с. 146]. У цьому контексті арттерапія виконує не лише експресивну функцію, а й стає засобом структурованої психологічної інтервенції.

Методологічні засади використання артметодів у консультуванні аналізує Я. Віхляєва. Вона звертає увагу на необхідність чіткого дотримання принципів цілеспрямованості, послідовності та відповідності техніки запиту клієнта. Авторка виокремлює кілька ключових методологічних блоків: психодіагностичний (виявлення внутрішніх конфліктів), психокорекційний (трансформація травматичного досвіду) та рефлексивно-ресурсний (усвідомлення змін і закріплення результатів) [3, с. 385–387]. Ми погоджуємося з таким підходом, оскільки саме послідовність впливу забезпечує контрольовану інтеграцію матеріалу, що виникає в процесі творчої роботи, у цілісну картину Я.

Позиція Н. Квітки підтверджує вищезазначене. Авторка наголошує на корекційно-розвивальному потенціалі арттехнологій, зокрема в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами. Вона зазначає, що застосування кольору, фактури, ритму, просторової організації підвищує здатність до саморегуляції, покращує комунікативні навички та формує позитивний образ Я [8, с. 96]. Така специфіка технік дає змогу говорити про їхню універсальність у широкому спектрі клієнтських запитів від корекції емоційної лабільності до роботи з ідентичністю.

Клінічний аспект психологічної підтримки розкривають О. Кихтюк та Т. Федотова, підкреслюючи необхідність адаптації арттехнік до роботи з клієнтами, що перебувають у станах дезорганізації, зокрема при депресивних розладах, тривожності, ПТСР. Авторки наголошують, що арттерапевтичні втручання знижують психофізіологічну активацію,

регулюють афективні стани та створюють основу для подальшого когнітивного опрацювання проблеми [9, с. 70–72]. У цьому аспекті важливо відзначити, що мистецький процес не просто допомагає «випустити пару», а й забезпечує механізм поступового внутрішнього переформатування, що є особливо цінним при роботі з тяжкими станами.

Психотерапевтичні механізми арттерапії, зокрема її чинники впливу, систематизує О. Коляда. Вона виділяє катарсис, символізацію, екстеріоризацію та реінтерпретацію досвіду як ключові процеси, що відбуваються у клієнта в процесі арттерапевтичної взаємодії [10, с. 36]. На нашу думку, це узагальнення дає змогу краще зрозуміти не лише терапевтичний, а й онтологічний сенс арттерапії як практики, що реконструює суб'єктивну реальність клієнта, допомагаючи йому вибудувати новий, більш адаптивний життєвий наратив.

У контексті кризової допомоги показовим є дослідження О. Чернякової, О. Гришко та А. Палія, які акцентують на ефективності використання артметодів у роботі з людьми, що перебувають у стані гострої стресової реакції або втрати. Автори зазначають, що мистецькі практики створюють безпечний простір для вираження болю, формування нових сенсів і поступової стабілізації стану [15, с. 95]. Важливо, що при цьому консультант має виявляти високу чутливість до змін у психоемоційному стані клієнта та гнучко варіювати інтенсивність і зміст технік.

Цікаве доповнення до наведеного спектра підходів пропонує В. Швець, аналізуючи інтегровану арттерапію як метод гармонізації суб'єктивних і об'єктивних умов психологічного відновлення молоді. Автор указує, що саме поєднання образотворчих, музичних, тілесно-пластичних елементів дає змогу досягти комплексного впливу, який охоплює когнітивну, емоційну, тілесну та соціальну сфери [16, с. 85]. Такий підхід відповідає парадигмі цілісного бачення особистості в психологічному супроводі.

Узагальнюючи викладене, можна стверджувати, що арттерапія в системі психологічної допомоги постає як поліфункціональний інструмент, який виконує діагностичні, корекційні, стабілізаційні та екзистенційно-ресурсні функції. Її ефективність зумовлена здатністю працювати з досвідом клієнта на глибинному символічному рівні, стимулюючи інтеграцію травматичних переживань та актуалізацію внутрішніх ресурсів. Ми вважаємо доцільним трактувати арттерапію не лише як метод, а і як особливий тип допомоги, що поєднує м'якість дії з високим рівнем структурованості, що робить її надзвичайно цінною в сучасній консультативній практиці.

Висновки. Узагальнення результатів теоретичного аналізу дає змогу стверджувати, що арттерапія посідає ключове місце в системі сучасного психологічного консультування як гнучкий, багатofункціональний інструмент впливу на внутрішні ресурси клієнта. У межах дослідження концептуа-

лізовано феномен внутрішньої рівноваги як структурно складне психічне утворення, що інтегрує когнітивно-емоційний, поведінковий та сенсожиттєвий компоненти, і водночас є як метою, так і критерієм ефективності консультативної допомоги.

Проаналізовані наукові джерела підтверджують, що арттерапія є ефективним засобом емоційно-сенсорної реконсолідації внутрішнього досвіду, який активує психічну адаптацію, сприяє формуванню нових наративів переживань, підвищує рівень саморефлексії та стійкості до стресу. Артметоди демонструють особливу ефективність у роботі з травмою, кризовими станами, емоційною дезорганізацією, а також у процесі підтримки ресурсного потенціалу в умовно-нормативних ситуаціях розвитку.

Окрема увага в статті приділена моделюванню консультативної взаємодії, у якій консультант виступає як фасилітатор внутрішньої регуляції, модератор процесів інтеграції клієнтського досвіду, що, на нашу думку, визначає сучасну гуманістично орієнтовану парадигму психологічної допомоги. У цьому контексті арттерапевтичні техніки не лише забезпечують інтервенційний ефект, а і є мостом між вербальним і невербальним, між переживанням та осмисленням, між дисфункцією і ресурсом.

Так, результати проведеного теоретичного огляду дають змогу розглядати арттерапію не лише як метод або техніку, а і як інтегративний підхід до підтримки особистості, що гармонійно поєднує корекційні, стабілізаційні, діагностичні та екзистенційно-ресурсні функції. Її впровадження в структуру психологічного консультування підвищує якість надання допомоги, забезпечуючи глибший рівень контакту з клієнтом та формування стійких механізмів внутрішньої рівноваги.

Перспективними напрямками подальших досліджень убачаємо емпіричне вивчення динаміки внутрішньої рівноваги в клієнтів із різними типами запитів, розробку типології ефективних артінтервенцій у межах кризового консультування, а також вивчення міжкультурних особливостей сприйняття мистецтва в терапевтичному контексті.

ЛІТЕРАТУРА:

- Бриндіков Ю.Л. Арттерапія у реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету України*. 2018. № 1. С. 106–110.
- Василевська О.І., Дворніченко Л.Л. Методи арттерапії в консультуванні. *Теорія і практика сучасної психології*. 2017. № 1. С. 145–149.
- Віхляєва Я.Є. Методологічні особливості застосування методів арттерапії в психологічному консультуванні. *Science, theory and practice : The IV International Science Conference, October 12–15, 2021. Tokyo, 2021. P. 384–393.*
- Вознесенська О.Л. Арттерапія як засіб психо-соціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 4. С. 28–34.
- Володарська Н.Д. Арттерапевтичні засоби відновлення внутрішніх ресурсів студентів в умовах війни. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2024. № 3. С. 5–14.
- Голінська Т.М. Арттерапевтичні впливи на особистість дитини. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2016. № 6. С. 16–19.
- Замелюк М.І., Магдісюк Л.І., Ольхова Н.В. Арттерапія як засіб творчої самореалізації особистості. *Психологія: реальність і перспективи*. 2018. № 10. С. 51–58.
- Квітка Н.О. Арттерапевтичні технології як засіб корекційно-розвиткового впливу. *Вісник науково-дослідної лабораторії інклюзивної педагогіки*. 2019. Вип. 5. С. 95–98.
- Кихтук О., Федотова Т. Психологічна підтримка особистості: методи та особливості роботи клінічного психолога. *Psychological Prospects Journal*. 2021. № 38. С. 63–75.
- Коляда О. Психотерапевтичні чинники в артпсихотерапії. *Простір арттерапії: палітра емоцій : матеріали XIII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції, 25–27 лютого 2016 р. Київ : Золоті ворота, 2016. С. 35–38.*
- Мельничук С.К. Особливості проведення психологічного консультування та корекції впевненості в собі. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*. 2012. № 9. С. 191–196.
- Мушкевич М. Моделі психологічного консультування та психотерапії сім'ї. *Психологічні перспективи*. 2022. № 40. С. 121–135.
- П'яницька-Позднякова І.С. Арттерапевтичні можливості видів мистецтва. *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили. Сер. Педагогіка*. 2009. № 108. Вип. 95. С. 36–42.
- Панасенко Н.М. Арттерапевтичні методи стабілізації психоемоційного стану. *Функціонування творчого мислення в умовах інформаційної невідзначеності : матеріали XXII Всеукраїнської науково-практичної конференції, 24 травня 2022 р. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. С. 169–173.*
- Чернякова О.В., Гришко О.Д., Палій А.М. Методи та техніки психологічної допомоги у кризових ситуаціях. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2025. № 1. С. 93–99.
- Швець В. Інтегрована арттерапія як інструмент гармонізації суб'єктивних та об'єктивних умов відновлення психологічного стану молоді. *Психологічний журнал*. 2023. № 10. С. 79–88.
- Шевченко Н.Ф. Особливості професійної свідомості психолога у просторі психологічного консультування. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Сер. Психологічні науки*. 2013. № 41. С. 10–17.

Стаття надійшла у редакцію: 31.10.2025

Стаття прийнята: 13.11.2025

Опубліковано: 08.12.2025