

ПСИХОЛОГІЯ ВІЙНИ

<https://doi.org/10.31108/2.2024.3.33.1>
УДК 159.9: 355.58

Марина Брилль

РЕСУРСНА ЛЯЛЬКА ЯК ЗАСІБ САМОПІДТРИМКИ В АРТ-ТЕРАПІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ

Брилль Марина. *Ресурсна лялька як засіб самопідтримки в арт-терапії в умовах війни.*

Вступ. Для пошуку джерел життєстійкості в арт-терапії широко використовуються різні види та засоби мистецтва, які допомагають учасникам арт-терапевтичних практик реалізовувати певні індивідуальні сценарії життя. Таким культурним медіатором, передусім як антропоморфний персонаж, для дорослої людини може стати лялька, яка виступає в ролі засобу психологічного перенесення як своєрідний «аватар» самої людини. В арт-терапії самостійне створення ляльки та наділення її символічним змістом може наповнювати таку творчу діяльність людини ресурсним життєстверджуючим сенсом, особливо в умовах повномасштабної війни рф проти України.

Мета дослідження: розглянути можливості використання ресурсної ляльки для викладачів сфери мистецької освіти як арт-терапевтичного інструмента під час пошуку шляхів самопідтримки в кризових життєвих ситуаціях.

Методи: вивчення та систематизація літератури; теоретичний аналіз проблеми; аналіз результатів виконання практичного завдання учасниками освітньої програми Державного науково-методичного центру змісту культурно-мистецької освіти «Артпрактикум психологічної підтримки».

Результати: у роботі проведено аналіз використання ресурсної ляльки як арт-терапевтичного інструмента під час пошуку способів самопідтримки в кризових життєвих ситуаціях. Описано результати виконання викладачами мистецької освіти практичного завдання з виготовлення ресурсної ляльки під час організації арт-практикума психологічної підтримки. Визначено особливості створення ляльок учасниками освітньої програми: типів їх візуальних образів, у тому числі найпоширенішого, яким став прообраз ляльки-мотанки, вербальних проявів, що трансливалися «порадами» ляльок та були пов'язані із засобами й способами самопідтримки та самодопомоги. Вибір концепції, виду, кольору, матеріалу для виготовлення ресурсних ляльок відбувався на основі підсвідомих та свідомих процесів, які відображали отриманий учасниками досвід та ставлення до наявних соціальних ситуацій.

Висновки. Створення ляльок допомогло учасникам розкрити свій внутрішній світ, позицію в соціумі, продемонструвати інтелектуальні якості, креативність, почуття гумору, розкриваючи як творчий потенціал у цілому, так і можливості психологічної самодопомоги. Наведений у статті матеріал висвітлює можливість використання ресурсної ляльки як арттерапевтичного інструмента під час пошуку шляхів самопідтримки в кризових життєвих ситуаціях та в умовах війни.

Ключові слова: арт-практикум, арт-терапія, лялькотерапія, мистецька освіта, самопідтримка, саморегуляція, психологічна підтримка.

Bryl, Maryna. *Resource doll as a means of self-support in art therapy in conditions of war.*

Introduction. In order to find sources of vitality in art therapy, various types and means of art are widely used, which help the participants of art therapy practices to realize their unique individual life scenarios. A doll, as an anthropomorphic character for an adult, can become a cultural mediator, because it, as a means of psychological transfer, acts as a kind of an individual's avatar. In art therapy, the creation of a doll and endowment it with symbolic content can fill a person's creative activity with a resourceful life-affirming meaning, especially in the conditions of war.

Aim: to analyze the possibilities of a resource doll for teachers in art education as an art therapy personal self-support tool in life crises.

Methods: analysis and systematization of literature; theoretical analysis of the problem; analysis of the results of the assignments performed by the trainees of the State Scientific and Methodological Center "Psychological Support by Art Workshop". program.

Results. A resource doll was shown to be an effective art therapy tool in providing individuals' self-support in life crises. The results of the assignments performed by the trainees of the State Scientific and Methodological Center "Psychological Support by Art Workshop". program allowed determining the types of the trainees' visual images, the most common of which was the Motanka doll, the verbal manifestations that were broadcast by the doll's "advice" and were related to individuals' self-support and self-help. The choice of the concept, type, color, and material used for making resource dolls was based on subconscious and conscious processes that reflected the participants' experience and attitude to existing social situations.

Conclusions. Creating dolls helped the participants to reveal their inner world, social positions, intellectual qualities, creativity, sense of humor, creative potential in general as psychological self-help potentials. The findings presented in the article may promote a resource doll as an art therapy self-support tool in life crises.

Keywords: art practice, art therapy, puppet therapy, art education, self-support, self-regulation, psychological support.

Вступ. Для пошуку джерел життєстійкості в арт-терапії широко використовуються різні види та засоби мистецтва, які допомагають учасникам арт-терапевтичних практик реалізовувати індивідуальні сценарії життя. Таким культурним медіатором, передусім як антропоморфний персонаж, для дорослої людини може стати лялька, яка виступає в ролі засобу психологічного перенесення як своєрідний «аватар» самої людини. В арт-терапії самостійне створення ляльки та наділення її символічним змістом може наповнювати таку творчу діяльність людини ресурсним життєстверджуючим сенсом. Як зазначає клінічна арт-терапевтка, психодинамічно-орієнтована танцювально-рухова терапевтка, професорка, членкиня EFAT (Верона, Італія) Р. Тецца (2024): «Виготовлення ляльки – один з найбільш емоційно насичених видів діяльності як у процесі створення, так і у впливі готової роботи. Нарешті, через її надзвичайну здатність бути комунікативним посередником і об'єктом багатьох авторських проєкцій. Більше того, через догляд за лялькою під час її створення опосередковується турбота про себе. Цей інструмент має здатність озвучувати волю, бажання, потреби і страждання, які людина боїться висловити» (Тецца, 2024: 117).

Лялька – посередник у контакті людини зі світом. Сьогодні творчий потенціал взаємодії з нею широко використовується як терапевтично-стабілізуючий, психокорекційний, навчально-виховний напрям, зокрема в освітніх закладах, різноманітних корекційних програмах, заняттях з професійного розвитку та психологічної підтримки. Ефективність її використання зумовлена саме механізмами психологічного впливу – проєкцією, ідентифікацією, емоційним відреагуванням, катарсисом. Тому що контакт з лялькою насамперед полегшує вербалізацію почуттів і так допомагає долати різні життєві труднощі. Людиноподібність та особистісно-соціальна наповненість лялькового образу створюють першооснову психологічного впливу іграшки на людину. Вважається, що лялькотерапія як метод впливу більш притаманна роботі арт-терапевтів з дітьми.

Мета статті – висвітлити особливості застосування арт-терапевтичної практики «виготовлення ресурсної ляльки» викладачами сфери мистецької освіти як засобу самопідтримки під час кризових життєвих ситуацій, що є особливо важливим у воєнний час.

Завдання дослідження:

1. Розглянути ляльку як об'єкт з точки зору психологічних аспектів взаємодії з людиною в рамках арт-терапевтичного напрямку лялькотерапії.
2. Визначити значення процесу створення ресурсної ляльки та подальшої взаємодії з нею як психологічного засобу екологічного проживання людиною наявних складних життєвих ситуацій з можливістю зменшення їх потенційного психологічного травмування.

3. Довести, що лялькотерапія є дієвим засобом психотерапевтичного впливу, який доросла людина може використовувати для самоцілення в умовах війни.

Методи та організація дослідження. Лялька є об'єктом культури та вже давно стала предметом широкого кола наукових досліджень. Вона як образ людини та її символ послідовно й хронологічно відображає історичний розвиток людства та привертає увагу науковців як своєрідний культурно-мистецький феномен. Також сьогодні багато українських дослідників фокусує свою увагу на дослідженнях народної ляльки як своєрідної репрезентації української ідентичності (Вебінар «Українська народна лялька: методичні засади до впровадження технік формотворення в навчальній програмі мистецької школи», 2024; Герус, 2018; Лялька як знак, образ, функція..., 2010; Найден, 2016, 2020; Склярєнко, 2018). Основним постулатом таких досліджень є думка, яку сформулював О. Найден (2020), про те, що кожний народ, кожна країна мають свою іграшкову культуру, яка не просто копіює або повторює культуру суспільства, а дає їй певну оцінку, інтерпретує її та в окремих випадках навіть моделює її майбутнє.

Також практиків цікавлять психологічні аспекти взаємодії з лялькою як в контексті ігрової діяльності дитини для її емоційного та морального розвитку, в якій лялька має велике культурне значення, так і в психокорекції різних психологічних станів, роботі з дітьми загалом та з дітьми з особливими освітніми потребами тощо (Назаревич & Вальковська, 2022; Соболевська, 2023; Тецца, 2024; Хлопоніна, 2012). Більшість авторів відносять лялькотерапію до різновиду арт-терапії, в якому за допомогою ляльок безпечно для людини можна відтворити й програти травматичну ситуацію та послабити дію травматичного чинника, визначаючи її специфіку як психокорекційного методу. Як зазначає С. Соболевська (2023): «Лялька... допомагає своєму автору реалізувати індивідуальні і ситуаційно-специфічні версії реальності» (Соболевська, 2023: 219). Також вона відмічає, що «...конструкція метафоричного образу власноруч, зокрема створення ляльки-метафори, допомагає вирішити низку психологічних проблем та активізує творчий потенціал людини» (Соболевська, 2023: 223). Завданнями лялькотерапії дослідники називають: допомогу у відреагуванні емоцій, досягнення емоційної стійкості й саморегуляції; допомогу в актуалізації ресурсів; розширення спектру особистісних ролей; надання можливості в опрацюванні тем власної зовнішності та «образу Я»; підвищення самооцінки та впевненості в собі; розширення репертуару самовираження; допомогу в корегуванні відносин у системі «дитина – батьки».

О. Вознесенська (2018) розглядає переваги та ризики використання лялькотерапії, окремо зупиняючись на таких ризиках як актуалізація магічного мислення та інфантилізація клієнта (Вознесенська, 2018). Однак воєнні реалії, в яких опинилася Україна останні три роки, вимагають шукати неординарні шляхи для збереження ментального здоров'я її громадян, у тому числі з використанням ляльки та іграшки. Починаючи з лютого 2022 р., у психологічній практиці виникло декілька проєктів, які використовують терапію іграшкою як досить масштабний метод. Наприклад, в Україні діє психологічний проєкт, започаткований ізраїльською спеціалісткою Дафною Шарон-Максимов – методика роботи з терапевтичною іграшкою Хібукі (іграшка у вигляді песика з сумною мордочкою) (Bryl & Maksimov, 2023). З весни 2022 р. Д. Шарон-Максимов організувала соціальну спільноту Хібукі-терапевтів, в яку сьогодні входять більше ніж 4,4 тис. спеціалістів. Практично з початку воєнних дій на території України завдяки підтримці Громадської організації «Генофонд нації» стартував проєкт «Кімната терапії іграшкою» (Toy Therapy Room), який було запроваджено Інститутом інтегративної арттерапії (за ідеєю Вікторії Назаревич) для організації роботи з мінімізації травматичного досвіду у дітей та дорослих, які постраждали від воєнного вторгнення, методами лялько- та ігротерапії. Цей проєкт передбачає використання арт-центрами та реабілітаційними центрами по роботі з біженцями формату діяльності постійно діючої кімнати терапії іграшкою із супроводом спеціалістів-психологів. Робота в кімнатах проводиться методами інтегративної арт-терапії та

ігротерапії, які орієнтовані на відновлення цілісності емоційного, поведінкового, когнітивного, фізіологічного рівнів функціонування дитини та її емоційного стану, а також на підтримку здоров'я людини в умовах війни. За два роки психологами було створено 70 таких кімнат в Україні та інших країнах Європи. Спеціалісти, які працюють в таких кімнатах, впроваджують метод терапії іграшкою з людьми різних вікових категорій та соціальних груп, у тому числі з особами з числа внутрішньо переміщених осіб, воїнами, ветеранами та членами їх родин (Назаревич & Вальковська, 2022; Проєкт «Кімната терапії іграшкою», 2024).

К. Маннапова (2020), аналізуючи значення методу лялькотерапії в житті дітей та дорослих, зазначає, що з корегувальною або психопрофілактичною метою за допомогою ляльки природно та безболісно може відбуватися втручання в психіку людини. Метод допомагає доопрацювати, якщо потрібно – «допрожити» проблему, та розробити план на майбутнє (Маннапова, 2020). О. Вознесенська (2018) виділяє такі функції ляльки: розважальну, естетичну, освітню, корекційну, психотерапевтичну (Вознесенська, 2018: 15). Вона зазначає, що у вузькому значенні в арттерапії лялькотерапія під час створення ляльок фокус уваги націлює на процес створення та сам продукт – ляльку. Також під час такої роботи важливим стає її обговорення. Отже, у плануванні нашого психологічного освітнього проєкту – арт-практикуму психологічної підтримки для викладачів сфери мистецької освіти – ми спиралися саме на ці методологічні принципи та організовували арт-терапевтичну діяльність для його учасників так, щоб вона була пов'язана саме з пошуком їхніх власних психологічних ресурсів для екологічного проживання їхньої наявної життєвої ситуації з можливістю зменшення потенційного психологічного травмування.

Вибірка дослідження. У 2023–2024 н.р. Державний науково-методичний центр змісту культурно-мистецької освіти, який підпорядкований Міністерству культури та інформаційної політики України, та за своїми статутними завданнями, а саме – організацією та проведенням публічних методичних, науково-методичних заходів з професійного розвитку педагогічних працівників, запровадив власний освітній проєкт «Арт-практикум психологічної підтримки», метою якого стало завдання підвищення психологічної компетентності викладачів сфери мистецької освіти. Завдяки проєкту протягом навчального року у форматі онлайн було організовано проведення декількох вебінарів, один з яких був присвячений ознайомленню слухачів з методом лялькотерапії. Відеозапис вебінару також було розміщено на офіційній сторінці Центру в YouTube, що дозволило згодом залучити ще більшу кількість осіб до участі в проєкті. Зміст заходу був розрахований на участь широкого кола викладачів сфери мистецької освіти, ширшого, ніж тільки педагогічні працівники у класах сценічного мистецтва, в яких, зокрема, викладають театральні дисципліни (наприклад, різні творчі практики в рамках лялькового театру). Тому до участі в онлайн-заході за власним бажанням долучилися 110 викладачів, які представляли різні види мистецтва. Згодом (на 07.09.2024 р.) відеозапис вебінару переглянула ще більша кількість глядачів – 770 осіб. Протягом тижня після проведення вебінару 167 осіб надіслали свої матеріали щодо виконання завдання арт-практикуму – створення ресурсної ляльки. Результати цієї роботи ми проаналізуємо в цьому матеріалі. На наш погляд, він має значну психологічну цінність, з точки зору особистісно-соціальної наповненості образу ляльки для всіх учасників практикуму безпосередньо, що своєю чергою створює першооснову її позитивного психолого-педагогічного впливу на учасників проєкту. Це наш найважливіший результат у напрямі пошуків ефективних шляхів психологічної самопідтримки та допомоги сучасному фахівцю мистецької сфери.

Результати дослідження та їх обговорення. Спікером теми арт-практикуму психологічної підтримки, яка була присвячена лялькотерапії та називалася «Комунікація, стала релаксація, виховання, розвиток, навчання як завдання лялькотерапії», стала медична психологиня, арт-терапевтка, заступниця голови Громадської організації «Генофонд нації» Марина Черкашина (Вебінар «Комунікація, релаксація, виховання, розвиток, навчання як

завдання лялькотерапії», 2024). Спочатку на вебінарі вона представила базові теоретичні аспекти в практиці використання ляльки в роботі з психологічною проблематикою, а саме – описала культурологічні чинники появи ляльки в соціальній історії людства, види ляльок, підходи до класифікації та їх використання психологами в роботі з дітьми. Також спікерка поділилася корисною інформацією щодо всеукраїнських та міжнародних проєктів, що працюють з ігровою тематикою, контактами терапевтичних кімнат іграшок, з якими можуть співпрацювати мистецькі школи на місцях.

Основою для роботи, пов'язаної з актуалізацією ресурсів особистості та наданням можливості опрацювання «образу Я» безпосередньо для учасників вебінару, стали запропоновані нею арт-техніки виготовлення ляльок «тут і зараз»:

- «ляльки на палець» у вигляді зайчика, який виготовлявся з гнучкого матеріалу (серветка) на палець руки учасника, як своєрідного помічника, що допомагає людині метафорично зберігати символічний «контроль» над своїми діями;
- ресурсної ляльки-янгولا як символу власної внутрішньої опори, підтримки, віри в себе та допомоги світу.

Більшість учасників спробували зробити ці ляльки та відчули велике задоволення від виконаної арт-практики та отриманих результатів. У своїх коментарях вони писали, що під час війни вже мають досвід контакту з іграшками: когось іграшка спасла під час виїзду з окупованої території, комусь допомагала в лікарні під час перебування там з дитиною, деякі мали практики створення ляльок-мотанок, ляльок-янголів для самих себе, для військових як їх оберегів, роботи в кімнатах іграшок на прифронтових територіях тощо.

Особливо цікавим для учасників стало домашнє практичне завдання – створити ресурсну ляльку для самих себе з будь-якого підручного матеріалу (тканина, нитки, хутро, шкіра, глина, пластилін, природні матеріали, папір тощо – вибір матеріалу залишався за кожним учасником). Для представлення змістовної частини завдання також треба було сфотографувати свою роботу та на окремому аркуші відповісти на такі запитання:

- Що ви створили? Дайте ім'я Ляльці;
- Які почуття, емоції, відчуття ви відчували в процесі збирання матеріалів та створення Ляльки?
- Що особливо приваблює вас у вашій Ляльці?
- Якими знаннями, вміннями, яким ресурсом володіє ваша Лялька?
- Що допомагає вашій Ляльці виявляти свої знання вміння, ресурс?
- А вам що може допомогти виявляти свої знання, уміння, ресурс?
- Хто чи що може вас підтримати?
- Яку б пораду ваша Лялька дала вам у контексті завдання? Як цю пораду можна реалізувати в реальному житті?

Фотографію роботи та її опис треба було надіслати організаторам. Згодом практичне завдання зі створення оригінальної ресурсної ляльки виконали 167 учасників проєкту. Ми проаналізували всі отримані зображення та описи до них, а також спробували класифікувати їх за типом, зазначаючи кількість кожного виявленого типу та варіанти імен ляльок. Підсумки цієї роботи представлені в таблиці (табл. 1). Отже, ми виявили основні 6 типів, які проявилися під час створення ресурсної ляльки нашими учасниками: 1) антропоморфні, людиноподібні ляльки з іменами – 30%; 2) тварини, птахи, комахи, метелики, морські істоти, риби – 23%; 3) берегова, родинна тематика – дім, родина, янгол / янгол-охоронець – 22%; 4) природна тематика, пов'язана з порами року, рослинами, погодою – 11%; 5) казкові персонажі – 8%; 6) творчі, музичні герої – 3%; 7) інше – 2%.

Окремо зазначимо, що найпопулярнішим типом ляльки стала умовна лялька «в народному стилі». Її зображення зустрічається в різних типах нашої класифікації 44 рази. Ми назвали її ресурсна лялька в стилі «лялька-мотанка», що не є класичною лялькою-мотанкою – українською народною іграшкою, яка створюється за певними традиціями та регіональними канонами. Нашою метою була активізація внутрішнього ресурсу, тому

у виконаних роботах скоріше були представлені стилізації таких ляльок, які не несли культурологічну цінність для виконавців, а були насамперед спрямовані на відновлюючий та зцілюючий для них ефект, що ніяк не зменшує їх естетичну цінність. Особливо це відтворилося в порадах до виготовлених ляльок, про що ми ще зазначимо окремо. На наш погляд, звернення респондентів до народної ляльки в теперішні часи загалом також є свідченням потягу до витоків української ідентичності, своєрідним маркером колективного несвідомого, що також передалося завдяки іменам ляльок, якими їх наділили наші учасники: приклади – Берегиня (7 разів), Солом'янка, Коляда, Лісовиця тощо.

Таблиця 1

Типологія ресурсних ляльок учасників проєкту

№	Тип ляльки	К-ть	Варіанти імені
1	Антропоморфні, людиноподібні ляльки з іменами	51	Аліса, Алія, Ангелінка, Анісія, Арчибальд, Веселинка, Вікторія, Віра, Ганнуся, Георгій-переможець, Глорія-фея дощу, Даринка, Добряна, Дуняша, Іванка, Карміна, Катруся, Лада, Лілу, Любаша-обіймаша, Ляля (2), Манюша, Маня-чарівниця, Марійка/Марічка, Мирослава, Митрофан, Мія, Мотря, Надія, Наталія, Ніка, Ніна, Позитивчик, Рада, Світлана, Соломія, Стефанія, Таточка, Тільда-Матільда, Туся, Уляна, Флая, Франсуаза, Христинка, Явдохія, Янгол Гавриїл, Curly (кучеряшка)
2	Тварини, птахи, комахи, метелики, морські істоти, риби	38	Великодний зайчик / зайці / зайці / заєць-пілот / зайці-Тільди / зайчик на пальчик (7), Іжачок Тимофій, Кажан, Кицька Кіка / Кіт Алекс / Котик-муркотик / Котоплав (4), Коник «Релакс», Корівка-позитивчик, Кролики Пух / Сеня / Лялька-кролик (3), Арчибальд – приборкувач тигрів, Мишенята Георгій / Антуан / Соня (3) і бичок Боня, Пес Патрон, Фарбований лис, Черепаха-розумниця, Горобчик Цвінь, Курча Петрик (2), Півник, Птах Мамаду, Синя пташечка Мія, Тітонька Сова, Чик-чи-рик, Щасливі метелики, Восьминіжка, Риба-зірка
3	Дім, родина, янгол / янгол-охоронець	37	Бабуся, Берегиня (хранителька) (7), Мама і ти, Матуся, Млинчик, Подруга-господарочка, Помічниця (2), Сплюшка, Янголи (24)
4	Природа / погода / рослини	19	Ангелик Весна, Вербиченька, Веснянка (2), Волошка, Промінь, Зерновушка, Квітка емоцій, Коляда, Лісовиця, Лялька-травниця Лілу, Подорожниця, Роса, Солом'янка, Сонечко / Сонечко з косичками (2), Травниця-хранителька, Цибулько
5	Казкові персонажі	14	Білосніжна лялька, Діно, Домовичок Буся, Клоун Фунтік, Король – очеретяні ніжки, Маня-чарівниця, Міфічна істота Містер Лайт, Нафана, Принцеса, Принц і Принцеса, Сніговик Гудзик, Троль Мумі, Фея
6	Творчі / музичні герої	5	ДоМіСольчик, Злий невдаха Шум та Чарівний музичний Звук, ЛяСіДолька, Пензлик, Натхнення
7	Інше	3	Лука, Мрія (2)
Разом:		167	

Джерело: створено автором.

Створений нами на основі аналізу ляльок проєкту тематичний перелік конкретизує, на наш погляд, джерела ресурсності наших учасників, які вони шукають переважно в собі – 1/3 учасників, у силах, які втілюються в представниках світу природи – тваринах, птахів, інших живих істотах та в родині – кожний п'ятий, природних символах – кожний десятий. Незначна кількість учасників проявляє фантастичну уяву – звертаючись до магічного мислення (казкові персонажі) або до професійної та творчої уяви. Такий розподіл свідчить про ймовірне професійне вигорання, з одного боку, а з іншого – про покладення відповідальності на самих себе (значна кількість антропоморфних, людиноподібних ляльок), пошуку та опори на «ресурсні» риси тварин, птахів, інших живих істот, які дають можливість пристосовуватися до дійсності, шукати внутрішні сили для виживання. Ми бачимо серед представленої тематики ляльок загалом неагресивних тварин та інших «миролюбних» живих істот: заєць або кролик (найчастіше – 12 разів), їжак, кіт, пес, коник, корівка, мишка, лисиця, черепаха, різні пташки, метелик, кажан, риба.

Серед тематики оберегів переважною формою для ресурсної ляльки став янгол. У представлених ляльках він зустрічається 24 рази. Це пояснюється, з одного боку, прикладом на самому вебінарі, а з іншого, на наш погляд, є свідченням своєрідного дефіциту власних сил учасників проєкту, опорою на апелювання до вищих за нас сил та акцентом на їх різні оберігові функції. Це також проявилось в обраних матеріалах для створення ресурсних ляльок – учасниками широко використовувалися нитки, мотузки, пряжа, тканина, вовна, солома, гнучкий природний матеріал, серветки, папір тощо, маніпулюючи з якими треба було різати, нашаровувати, мотати, обертати, зав'язувати вузли та інші подібні дії, тобто ніби символічно захищати себе – шарами шкіри, тканини, кількістю обертів мотузки тощо.

Опис практичних завдань учасників виглядав або як відповідь на запитання нашого опитувальника, або як суцільний текст. Приклад такого текстового опису-відповіді однієї з учасниць наведено далі: «Я надихнулася розповіддю ... про ляльку-мотанку, її зв'язок між предками і нащадками та усвідомила, що створення саме цієї ляльки мені потрібно для підсилення (укріплення) внутрішньої духовної і фізичної енергії, і створила свою ляльку-мотанку – Іванку. Спочатку підбрала натуральні клаптики тканини, стрічки, ниточки. Переглянула відео та згадала – як створити таку ляльку. Відчувала творче піднесення, зацікавленість, а «хто» вийде? У процесі створення ляльки відчувала тепло і спокій, радість і затишок. Намагалася створити «яскравий» жіночий образ. Моя лялька – молода дівчина, сповнена енергії, сили, впевненості в собі. Особливу увагу приділила зачісці (заплела кіски) і віночку зі стрічками, також мені подобається намисто і спідничка (нашила стрічки з орнаментом). Іванка гарна (володіє жіночою красою і здоров'ям), життєрадісна і «міцна» (вміє протистояти важким психологічним і фізичним навантаженням). Я вважаю, що мій ресурс – це працездатність, комунікація, доброзичливість. Всі ці якості потрібні мені в житті і роботі, в спілкуванні з учнями і колегами, але останнім часом з'явилися втома, емоційне вигорання. Тож сподіваюсь, що моя Іванка зможе допомогти мені зміцнитися і «зарядитися» на подальшу працю. У складні часи мене завжди підтримує моя сім'я, також знаходжу розраду у догляді за рослинами, радію, коли з маленької насінини виростає квітка. Розумію, що всі ми живемо в складні часи та маємо великі навантаження, тому обов'язково треба знаходити час на відпочинок, на релакс, на красу. Саме таку пораду, я думаю, дала б мені моя Іванка – обмірковувати подальші плани щодо відпочинку. Сподіваюсь, що вже скоро мені це вдасться. Завершиться навчальний рік, підіб'ємо підсумки та будемо мати можливість відпочити, поспілкуватися з рідними і природою, щоб з новими силами продовжувати рухатися далі» (Інна Б.).

Цікавим є лінгвістичний аналіз представлених «порад ляльок» (останнє запитання нашого опитувальника), які можна було б реалізувати в реальному житті нашим учасникам. Ми взяли для більш детального аналізу саме цей аспект, бо він є свідченням наявності різного роду ресурсів для самопомогі. Ми виділили в порадах 113 дієслів. Дієслова – це

найчисельніша частина мови за кількістю слів. Вони означають дію або стан предмета та відповідають на запитання: *Що робити? Що зробив? Що робили? Що робитимуть?* У більшості висловів з порадами наші учасники використовували дієслова, які означають – сприйняття органами чуття, процес мислення, власні бажання та почуття, очікувані зміни, а саме: актуалізувати, бажати, бачити, берегти, бути, виглядати, виконувати, виявляти, відвідувати, відкривати, відпочивати, відпускати, відчувати, відшукувати, вірити, вміти, втілювати, грати, дарувати, дбати, дивитися, дихати, діяти, довіряти, долати, допомагати, досягати, думати, жити, з'являтися, загадати, залишатися, заспокоїтися, зберегти, звернутися, змагатися, змінювати, знайти, зробити, зупинитися, йти, корегувати, любити, мати, медитувати, мислити, молитися, мріяти, навчатися, надіятися, намагатися, наповнюватися, не акумулювати, не брати, не відкладати, не втрачати, не дивитися, не думати, не забувати, мріяти, не зважати, не звертати, не здаватися, не зупинятися, не нервувати, не озиратися, не опускати руки, не падати духом, не перейматися, не поспішати, не прогинатися, не складати крила, не сумувати, не хвилюватися, нести світло, обіргати, обміркувати, оточувати, отримувати, пам'ятати, перебувати, підтримувати, пізнавати, подивитися, подумати, покладатися, помічати, посміхатися, поспішати, поширювати, працювати, приділяти, придумати, прислухатися, продовжувати, радіти, реалізовуватися, розставляти, розширювати, рухатися, самореалізовуватися, світити, сіяти, слухати, спілкуватися, стабілізуватися, ставитися, старатися, тренуватися, триматися, удосконалюватися, фокусуватися, хвалити, цінувати. Серед дієслів 22 рази використовуються дієслова з часткою *не*. До того ж серед дієслів є слова, які зустрічаються в порадах найчастіше, що ми також узагальнили в таблиці (табл. 2).

Таблиця 2

Дієслова, які найчастіше зустрічаються в порадах ресурсних ляльок

Слова	Кількість повторень
бути	18
вірити	8
любити, берегти, не брати	по 7
жити	6
не втрачати, знайти, триматися, йти	по 5
не хвилюватися, зберігати	4

Джерело: створено автором.

Як видно з таблиці 2, серед слів у порадах від ляльок 18 разів зустрічається слово *бути*, 8 – *вірити*, 7 – *любити, берегти, не брати*, 6 – *жити*, 5 – *не втрачати, знайти, триматися, йти*, 4 – *не хвилюватися, зберігати*. Зазначені дієслова також відображають виявлені та знайдені ресурси самопідтримки учасників і свідчать про глибоко проведену ними особистісну психологічну роботу з їх пошуків та власну рефлексію.

Також ми проаналізували 143 відповіді-поради в цілому. Сюжети, які зустрічаються найчастіше, можна представити в такому переліку:

1) *перемога, щасливе майбутнє країни, мир, завтра* – «Разом до Перемоги! Все буде Україна!», «Українці – сильна нація, нас не перемогти і не здолати! Перемога буде за нами», «Збереження традицій свого народу», «Віра у щасливе майбутнє України», «Любіть свою родину і Україну», «Завтра буде новий день, сповнений миру, щастя, творчого натхнення і кохання!», «Моліться за мир»;

2) *віра* – «Першими ламались ті, хто вірив, що скоро все закінчиться. Після них – ті, хто не вірив, що це колись закінчиться. Вижили ті, хто фокусувався на своїх діях, без очікувань про те, що може чи не може статися», «Це була б цінна порада – жити в моменті,

фокусуватися на власних справах та цілях, не відкладати життя на потім, жити тут і зараз», «Не втрачати віру в краще, продовжувати займатися творчістю, не зважаючи на темні та важкі часи», «Триматися, жити, вірити в цьому світі за будь-яких обставин; нести світло, щирість, добро в маси...», «Тримай спокій, віру в життя», «Вірити в себе», «Вірити в свої сили, не забувати мріяти та втілювати свої мрії в життя. Приділяти час собі і своїм інтересам», «Вірити в усе добре, світле, позитивне, любити і цінувати життя, берегти рідних», «Треба вірити в найкраще», «Сила віри у краще майбутнє спроможна творити дива, вона є найдієвішим засобом у боротьбі з депресією», «Віра бачить невидиме, вірить неймовірному і отримує неможливе!», «Ніколи не опускати руки, вірити та йти до мети», «Надіятись і вірити в краще майбутнє», «Зберігай спокій та вір у себе!», «Бути більш впевненою у собі та довіряти почуттям», «Не озирайся, не бійся, вір в себе, люби маленьку дитинку в собі», «Більше свободи у творчості, віри у свої здібності і сили», «Більше мріяти і вірити в себе!»;

3) *особистісний розвиток, рух* – «Треба намагатися більше приділяти увагу саморозвитку. Навколо величезне «море» цікавого, неосяжного», «За будь-яких обставин не можна зупинятись на шляху особистого розвитку, постійно треба навчатись чогось нового та корисного, відкривати в собі нові здібності», «Рухатись далі до своєї мети, своїх задумів, мрій і цілей», «Заклики до пошуку, боротьби і неможливості зворотного руху», «Будь рішучою, завжди рухайся вперед, радій життю», «Не звертати увагу на те, що про тебе говорять, а йти до своєї мети, самореалізуватися у професії, хвалити себе, бути готовою змінюватися». «Вміння сказати «ні», коли користуються твоєю добротою, змінити те, що не подобається, прийняти те, що не можеш змінити, мріяти, адже мрії збуваються, і жити у задоволення»;

4) *образ світу, світла* – «Триматися, жити, вірити в цьому світі за будь-яких обставин; нести світло, щирість, добро в маси...», «У будь-якій ситуації не втрачати оптимізму. Бути сміливою та рішучою. Бути відкритою навколишньому світові, але завжди тримати напоготові шпагу, вміти захищатись», «Вірити в усе добре, світле, позитивне, любити і цінувати життя, берегти рідних», «Не акумулювати в собі негатив, оточувати себе добрими та світлими людьми. Завжди перебувати на хвилі позитиву», «Граючись, ми пізнаємо світ, а він такий прекрасний. У кожному новому дні знайди щось гарне. Посміхнись. Все буде обов'язково добре», «Неси світло», «Ніколи не здаватися, бачити у житті світло і радість, але мати у собі сили і для зустрічі з темними сторонами», «Світлити тут і зараз, поки маєш сили»;

5) *цінність життя* – «Це була б цінна порада – жити в моменті, фокусуватися на власних справах та цілях, не відкладати життя на потім, жити тут і зараз», «Ти можеш. В тебе вийде. Будь доброю до себе. Помічай кольори життя. Дихай. Живи», «Радіти кожній миті життя, цінувати його. Бачити красу навколо себе», «Вірити в свої сили, не забувати мріяти, та втілювати свої мрії в життя. Приділяти час собі і своїм інтересам», «Ніколи не опускати руки, життя – це білі та чорні смуги», «Треба стримано і наполегливо працювати над усіма викликами, які ставить нам життя», «Тримай спокій, віру в життя», «Любіть життя! Воно продовжується, усі приємні подорожі попереду», «На життя треба дивитись з позитивом і не втрачати почуття гумору», «Тримай спокій, віру в життя», «Цінуй життя», «Розставляй пріоритети та не бери на себе більше, ніж це потрібно. Цінуй життя, власні уміння і досягнення», «Ставитися до життя «простіше», вміти розставляти пріоритети»;

6) *збереження власного позитивного емоційного фону, оптимізм, посмішка* – «Досягти емоційної стійкості та саморегуляції. Це допоможе актуалізувати ресурси та з'явиться впевненість в собі», «Допомога людям завжди наповнить тебе позитивними емоціями», «Стабілізувати емоційний стан, відчутти душевний спокій, зняти емоційну напругу і загадати бажання», «Слухати і покладатися на свої відчуття, емоції, відчувати себе», «Не дивитися на все з одного боку, одного емоційного стану», «Вчасно корегувати свій емоційний стан», «Прислухатися до себе, до своїх емоцій, почуттів, а не до порад оточуючих», «Оптимізм та позитив за всіх умов, гірше може статися і без вас. Одеською мовою – «не дочекаєтесь», «Оптимістично дивитися в майбутнє», «У будь-якій ситуації не

втрачати оптимізму. Бути сміливою та рішучою. Бути відкритою навколишньому світові, але завжди тримати напоготові шпори, вміти захищатись», «Будь оптимістом!», «Завжди посміхатися, не дивлячись на обставини», «Граючись, ми пізнаємо світ, а він такий прекрасний. У кожному новому дні знайди щось гарне. Посміхнись. Все буде обов'язково добре», «Завжди посміхайся і радій кожній миті», «Позитивно мислити в будь-яких обставинах. Змінювати ставлення. Медитувати, бути на природі», «На життя треба дивитись з позитивом і не втрачати почуття гумору», «Дарувати тепло, любов і турботу, добро, позитивну, сонячну енергетику»;

7) *час на те, що цінне* – «Обов'язково треба знаходити час на відпочинок, на релакс, на красу, обмірковувати подальші плани щодо відпочинку», «Більше відпочивати та приділяти достатньо часу сім'ї. А також частіше відвідувати театри, філармонію, концерти», «Не втрачати віру в краще, продовжувати займатися творчістю, не зважаючи на темні та важкі часи», «Частіше радіти», «Цінуй своє оточення: свою сім'ю, друзів, рідних і більше часу проводи разом. Твої рідні потребують тебе поруч», «Менше нервувати, знаходити час для себе і для своїх захоплень, улюбленої справи і, звичайно, для спілкування з тими, хто справді для тебе є дорогою людиною», «Знайди час для себе. Все проходить, й це пройде»;

8) *підтримка* – «Зберігати рівний настрій і внутрішню гармонію для свідомого підтримання власної психологічної стійкості», «Я тебе оберігаю, я тебе підтримую, я тебе заспокоюю», «Не поспішати у власному житті та більше приділяти увагу близьким і оточуючим мене людям, допомагати та підтримувати їх, адже це так важливо, особливо зараз!», «В житті той перемагає, хто має міцне плече підтримки, цінуйте і підтримуйте один одного»;

9) *фокус на слові «завжди»* – «Моя лялька говорить про те, що я на правильному шляху, сила роду завжди зі мною. Ти ніколи не будеш одна!», «Допомога людям завжди наповнить тебе позитивними емоціями», «Будь завжди спокійна і врівноважена. Хто хоче навчитися, той буде старатися», «Будь рішучою, завжди рухайся вперед, радій життю», «Завжди посміхатися, не дивлячись на обставини», «Не акумулювати в собі негатив, оточувати себе добрими та світлими людьми. Завжди перебувати на хвилі позитиву», «Твоя любов завжди повернеться до тебе», «Вчитися ніколи не пізно, пізнавати нове завжди радісно, спілкуватися з розумними, освіченими людьми – знаходитися в комфортному середовищі», «Гарне завжди поруч – тільки подивись навколо і побачиш», «У всьому завжди є щось нове та цікаве», «Як би не було важко, треба завжди виглядати елегантно. Не подавати вигляду, що тобі складно», «Завжди посміхайся і радій кожній миті»;

10) *допомога* – «Бути готовим допомогти слабким і всім, хто потребує захисту», «Досягти емоційної стійкості та саморегуляції. Це допоможе актуалізувати ресурси та з'явиться впевненість в собі», «Допомога людям завжди наповнить тебе позитивними емоціями», «Допомагаючи іншим, ніколи не чекай допомоги від цієї ж людини», «Не поспішати у власному житті та більше приділяти увагу близьким і оточуючим мене людям, допомагати та підтримувати їх, адже це так важливо, особливо зараз!».

Такі тематики порад відображають цінності наших учасників: переживання за долю країни та родини, пошук джерел для відновлення, які можна знайти в самому собі, в активній творчій діяльності, допомозі іншим, піклуванні, в позитивному світосприйнятті, вірі в вищі сили та в самого себе, увага до цінностей життя, часу та саморозвитку. Наведемо також приклади пар з таких категорій: «назва ляльки» – «порада ляльки»:

ГОРОБЧИК ЦВІНЬ: «Не втрачай почуття гумору»;

ЧИК-ЧИ-РІК: «Не допоможуть крила, допоможуть ноги»;

МАТУСЯ: «Бережи, Боже, всіх дітей на землі. Моя лялька для мене – це символ материнської любові»;

ПРОМІНЬ: «Коли я робив цю ляльку, я використав національну символіку своєї країни – кольори рідного прапора, щоб в цілому захистити всю країну від ворога»;

СТЕФАНІЯ: «Тому що життя одне, і час не можна зупинити!»;

СПЛЮШКА: «Зберігай спокій та вір у себе!»;

ТУСЯ: «Треба зосередитись на позитивних моментах мого життя, на добрих справах, на турботі та любові до тих, хто потребує підтримки»;

КОРІВКА-ПОЗИТИВЧИК: «Бути вдячним всім за все: комусь за підтримку, а комусь за життєвий досвід. І не спалювати себе, щоб зігріти інших – не оцінять...»;

КОНИК РЕЛАКС: «Творча лихоманка... Dont Worry Be Happy!!!»;

КІТ АЛЕКС: «Все буде мурр, я поруч!»;

ЛЮБАША-ОБІЙМАША: «Знімає напруження»;

МУЗИЧНИЙ ЗВУК, НЕВДАХА ШУМ: «Ніколи не здавайся!»;

БЛІНЧИК: «Світити тут і зараз...».

Як можна побачити з наведених прикладів, учасники широко використовували свій інтелектуальний та креативний потенціал, почуття гумору, створюючи концепції образів своїх ляльок, які носили суб'єктивний, індивідуалізований характер, персоніфікували їх творців. Окремо акцентуємо на інформації щодо розмірів ляльок, які були представлені нашими учасниками. Більшість ляльок (за умовною класифікацією: мала, середня, велика) були маленькими (до 20 см) або дуже маленькими (менше 20 см). Це свідчення достатньої контрольованості власного життя, що також є достатньо нормативним показником для дорослої людини. Учасниками не було представлено жодної ляльки великого розміру.

Отже, як показали результати виконання завдання нашими учасниками, вони створювали ляльку, образ якої мав приховану репрезентацію свого внутрішнього світу. Вибір її концепції, виду, кольору, матеріалу відбувався на основі підсвідомих та свідомих процесів, які відображали отриманий досвід та ставлення до наявних соціальних ситуацій. Створення ляльок допомогло учасникам розкрити свій внутрішній світ, позицію в соціумі, продемонструвати інтелект, креативність, почуття гумору, розкриваючи творчий потенціал у цілому.

Висновки.

1. Ресурсна лялька як культурно-мистецький об'єкт може мати велике значення для емоційного та морального розвитку людини. Дослідження довело, що створення ресурсної ляльки людьми, які переживають травми війни, з соціальної точки зору може бути пов'язано також з трансляцією власної ідентичності, яка є не просто копіюванням традиційної для спільноти іграшкової культури, а й репрезентацією приналежності авторів до певної спільноти – у нашому випадку: відчувати себе «українцем більш, ніж раніше», моделлю-мрією мирного майбутнього українського народу, синтезом ідеї «українства» через образ ляльки-мотанки.

2. Лялькотерапія є дієвим засобом психотерапевтичного впливу, яку доросла людина може самостійно використовувати для психологічного зцілення. Особистісно-соціальна наповненість образу ляльки створює першооснову її позитивного сприйняття, робить дієвим засобом психотерапевтичного впливу. Джерела ресурсності, які відображає така лялька, людина знаходить у самій собі, у світі природи, у магічному мисленні, вірі в надприродні сили. Через роботу з матеріалом у процесі створення ресурсної ляльки людина ніби символічно захищає себе. Лінгвістичний аналіз порад ляльок описує також процес мислення учасників, їхні бажання та почуття, очікування, які пов'язані з актуальними цінностями: переживанням за долю країни та родини, вірою в її щасливе майбутнє, пошуком джерел для відновлення, увагою до цінностей життя, часу, допомоги, пошуком образів світу та світла (образ добра) як протидії темному (образ зла).

3. Концепції образів ресурсних ляльок носять суб'єктивний, індивідуалізований характер, персоніфікують їхніх творців, що несе додатковий рекреаційний сенс. Результати практичного експерименту показали, що лялька представляє собою психологічний інструмент, за допомогою якого людина може подивитися на себе з мета-позиції, ніби віддалено, побачивши власні ресурсні особливості та точки, які потребують посилення і

підтримки, а також відкрити для самої себе можливі шляхи подолання внутрішньоособистісних криз та вирішення міжособистісних проблем.

Перспективи подальших досліджень. Надалі ми плануємо продовжити роботу з організації психологічної підтримки викладачів сфери мистецької освіти через впровадження освітніх програм розвитку психологічної компетентності засобами арт-терапії.

Література

1. Вебінар: «Комунікація, релаксація, виховання, розвиток, навчання як завдання лялькотерапії» (2024). ДНМЦЗКМО. <http://surl.li/uguwfd>.
2. Вебінар: «Українська народна лялька: методичні засади до впровадження технік формотворення в навчальній програмі мистецької школи» (2024). ДНМЦЗКМО. <http://surl.li/kmhdoj>.
3. Вознесенська, О. (2018). Лялькотерапія : особливості та ризики використання ляльки в терапії. *Простір арт-терапії. Зб. наук. пр.*, 1(23), 12–25. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/711982>.
4. Герус, Л. (2018). Українська лялька у народному одязі: історичний досвід та сучасна практика. *Народознавчі зошити*, 1(139), 206–214. <https://nz.lviv.ua/archiv/2018-1/26.pdf>.
5. Лялька як знак, образ, функція : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. «Другі Марка Грушевського читання» (2010). Держ. музей іграшки МОНМС України, Ін-т мистецтвознав., фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського НАН України. Видавничий дім «Стилос».
6. Маннапова, К.Р. (2020). Особливості методу лялькотерапії в роботі з дітьми. *Особистість, суспільство, закон : тези доп. учасників міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. пам'яті проф. С.П. Бочарової*, 71–74. <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/12106>.
7. Назаревич, В., & Вальковська, М. (2022). Використання іграшки як трансферного об'єкту в формуванні резильєнтності у дітей. *Психологія: реальність і перспективи*, 19, 60–67. <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/10792/>
8. Найден, О.С. (2016). Парадокс української ляльки: Українська народна лялька у світлі кроскультурних паралелей та аналогій. *Обрядові функції. Конструктивний дизайн*. Видавничий дім «Стилос».
9. Найден, О.С. (2020). *Українська народна лялька*. Видавничий дім «Стилос».
10. Проєкт «Кімната терапії іграшкою» (2024). *Генофонд нації*. <https://genofund.org.ua/proyekt-kimnata-terapiyi-igrashkoju/>.
11. Складенко, О.А. (2018). *Українська народна лялька кінця ХХ – початку ХХІ сторіччя: етнокультурні традиції, функції*. [Автореф. дис. канд. мистецтвознавства. Ін-т мистецтвознавства, фольклористики та етнології ім. М. Т. Рильського НАН України]. Київ
12. Соболевська, С.О. (2023). Лялька-метафора як універсальний культурний медіатор і засіб арт-терапії. *Культурологічний альманах*, 1, 219–224. <https://doi.org/10.31392/cult.alm.2023.1.29>.
13. Тецца, Р. (2024). Актуальність використання ляльок в арттерапії: лялькаство та мистецтво ляльок як терапевтичні інструменти в роботі з дітьми, підлітками та дорослими. *Простір арттерапії: єднання у творчій співдії: матеріали ХХІ Міжнар. міждисциплінар. наук.-практ. конф.*, 117–118. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/artther2024zb.pdf>.
14. Хлопоніна, Н.С. (2012). Лялькотерапія як метод психологічної корекції. *Наук. часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*, 21, 297–301. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2012_21_77.
15. Bryl, M., & Maksimov, D. (2023). Hibuki therapy combined with other art-therapy methods in group work with school-age children of different inclusive categories during the war in Ukraine. *Neuropsychiatry i neuropsychologia*, 18 (3–4), 152–160. <https://doi.org/10.5114/nan.2023.134151>.

References

1. *Vebinar: «Komunikatsiia, relaksatsiia, vykhovannia, rozvytok, navchannia yak zavdannia lialkoterapii»* (2024). DNMTsZKMO. <http://surl.li/uguwfd> [In Ukrainian].
2. *Vebinar: «Ukrainska narodna lialka: metodychni zasady do vprovadzhennia tekhnik formotvorennia v navchalnii prohrami mystetskoi shkoly»* (2024). DNMTsZKMO. <http://surl.li/kmhdoj> [In Ukrainian].
3. Voznesenska, O. (2018). Lialkoterapiia : osoblyvosti ta ryzyky vykorystannia lialky v terapii. *Prostir art-terapii. Collection of scientific works*, 1(23), 12-25. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/711982> [In Ukrainian].
4. Herus, L. (2018). Ukrainska lialka u narodnomu odiazi: istorychnyi dosvid ta suchasna praktyka. *Narodoznavchi zoshyty*, 1(139), 206-214. <https://nz.lviv.ua/archiv/2018-1/26.pdf> [In Ukrainian].
5. *Lialka yak znak, obraz, funktsiia: materialy vseukr. nauk.-prakt. konf. «Druhi Marka Hrushevskoho chytannia»* (2010). Derzh. muzei ihrashky MONMS Ukrainy, In-t mystetstvovnav., folklorystyky ta etnolohii im. M.T. Rylskoho NAN Ukrainy. Vydavnychiy dim «Stylos» [In Ukrainian].

6. Mannapova, K.R. (2020). Osoblyvosti metodu lialkoterapii v roboti z ditmy. *Osobystist, suspilstvo, zakon : tezy dop. uchasykiv mizhnar. nauk.-prakt. konf., prysviach. pamiaty prof. S. P. Bocharovoi*, 71-74. <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/12106> [In Ukrainian].
7. Nazarevych, V., & Valkovska, M. (2022). Vykorystannia ihrashky yak transferneho ob'ektu v formuvanni rezylentnosti u ditei. *Psykhohiia: realnist i perspektyvy*, 19, 60-67. <http://repository.rshu.edu.ua/id/eprint/10792/> [In Ukrainian].
8. Naiden, O.S. (2016). *Paradoks ukrainskoi lialky: Ukrainska narodna lialka u svitli kroskulturnykh paralelei ta analohii. Obriadovi funktsii. Konstruktyvnyi dyzain*. Vydavnychiy dim «Stylos» [In Ukrainian].
9. Naiden, O.S. (2020). *Ukrainska narodna lialka*. Vydavnychiy dim «Stylos» [In Ukrainian].
10. Proiekt «Kimmnata terapii ihrashkoiu» (2024). *Henofond natsii* : vebсайт. <https://genofund.org.ua/proyekt-kimmnata-terapiyi-igrashkoyu/> [In Ukrainian].
11. Skliarenko, O.A. (2018). *Ukrainska narodna lialka kintsia XX – pochatku XXI storichchia: etnokulturni tradytsii, funktsii. Avtoref. dys. kand. mystetstvoznavstva* [In Ukrainian].
12. Sobolievskaya, S.O. (2023). Lialka-metafora yak universalnyi kulturnyi mediator i zasib art-terapii. *Kulturolohichnyi almanakh*, 1, 219-224. <https://doi.org/10.31392/cult.alm.2023.1.29> [In Ukrainian].
13. Tetstsa, R. (2024). Aktualnist vykorystannia lialok v artterapii: lialkarstvo ta mystetstvo lialok yak terapevtychni instrumenty v roboti z ditmy, pidlitkami ta doroslymy. *Prostir artterapii: yednannia u tvorchii spivdii: materialy KhKhI Mizhnar. mizhdystsylinar. nauk.-prakt. konf.*, 117-118. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/artther2024zb.pdf> [In Ukrainian].
14. Khloponina, N.Ye. (2012). Lialkoterapiia yak metod psykhologichnoi korektsii. *Nauk. chasopys NPU im. M.P. Drahomanova. Seriya 19: Korektsiina pedahohika ta spetsialna psykhohiia*, 21, 297-301. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2012_21_77 [In Ukrainian].
15. Bryl, M., & Maksimov, D. (2023). Hibuki therapy combined with other art-therapy methods in group work with school-age children of different inclusive categories during the war in Ukraine. *Neuropsychiatry i neuropsychologia*, 18(3-4), 152-160. <https://doi.org/10.5114/nan.2023.134151>.

Відомості про автора

Бриль Марина Миколаївна, кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри психології, педагогіки та філософії Кременчуцького національного університету імені Михайла Остроградського, заслужений працівник культури України, директор Державного науково-методичного центру змісту культурно-мистецької освіти, Київ, Україна.

Bryl, Maryna, PhD, Associate Professor of the Department of Psychology, Pedagogy and Philosophy of Kremenchuk Mykhailo Ostrohradskyi National University, merited culture worker of Ukraine, Director of the State Scientific and Methodological center for the content of cultural and artistic education, Kyiv, Ukraine.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1116-5823>

E-mail: mbryl73@gmail.com

Отримано 26 серпня 2024 р.
Рецензовано 16 вересня 2024 р.
Прийнято 19 вересня 2024 р.