
ТЕОРЕТИЧНИЙ ТА МЕТОДОЛОГІЧНИЙ ПРОСТОРИ ЗАСТОСУВАННЯ АРТТЕРАПІЇ

УДК 159.9

МЕДІААРТТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ТРАВМАМИ ВІЙНИ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ

Вознесенська Олена,

*кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,
членкиня правління ГС «Національна психологічна асоціація»,
президентка ВГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ);*

MEDIA ART THERAPY IN WORKING WITH WAR TRAUMA IN CHILDREN AND ADOLESCENTS

Voznesenska Olena,

*PhD in Psychology, Senior Staff Researcher,
Institute of Social and Political Psychology NAES of Ukraine,
member of Board of Directors National Psychological Association,
president of Ukrainian Art-therapy Association (Kyiv, Ukraine);*

В умовах війни діти потребують підтримки у розвитку. Медіаарттерапія – найновітніший різновид арттерапії – передбачає використання сучасних медіа в творчому процесі. Проаналізований досвід роботи з дітьми та підлітками, які постраждали від війни, за допомогою медіаарттерапії. В 10 майстер-класах взяли участь загалом більше 100 дітей віком від 6 до 16 років. Дітям пропонувалося створити пластилінову анімацію. Пластилін – матеріал, який сприяє роботі з сильними почуттями, спричиненими травмами війни. Діти спробували себе в ролях сценаристів, режисерів, аніматорів, операторів, режисерів зі звуку. За основу сценарію було взято архетипний мотив «Шлях Героя». Цей мотив відповідає і віку дитини, і тим проблемам, які вона має вирішувати під час війни. Темою анімаційного фільму була визначена «Мрія». Для позначення мрій використовувалася метафора їжі. Образ Злодія створювався через аналіз перешкод на шляху до втілення мрій. Всі діти називали перепоною для здійснення мрій війну. Образ Героя фільму створювався через бажані суперсили для подолання перешкод і досягнення своєї мрії. Найчастіше діти визначали такі суперсили: володіння часом, телепортація, вміння літати, наявність частин тіла кіборга, сила, міць. Анімаційні фільми мають цілющий потенціал для опрацювання колективної травми глядачами. У поведінці дітей спостерігалися маркери психотравмування – порушення уявлень про світ, про себе і в побудові доброзичливих стосунків. Уявлення дітей про актуальну соціальну ситуацію в Україні знайшли своє



відображення у деталях анімаційних фільмів, українських та російських символів для позначення героїв, кольорах. У всіх дітей спостерігалось затиснута злість. Для її вивільнення пропонувалися тілесні вправи. Зроблено висновок, що проводити терапевтичну роботу з травмою треба рідною мовою дитини. Батьки дітей заповнювали анкету для з'ясування змін, які відбулися у дітей стосовно здоров'я, режимів сну, харчування, емоційного стану та поведінки. Сон покращився у 38 % дітей. Апетит покращився у 25 % дітей. У 37 % дітей знизився психологічний дискомфорт (побоювання, тривога, страх, паніка). У 20% дітей знизилася агресія, у 16% – пасивність. Лише у 38 % дітей, які брали участь в заняттях з медіарттерапії, не відбулося жодних, помітних батькам змін в самопочутті та емоційному стані.

Ключові слова: медіарттерапія, травма, анімаційний фільм, пластилін, шлях Героя.

In the conditions of war, children need support in their development. Media art therapy – the newest type of art therapy involves the use of modern media in the creative process. The experience of working with children and adolescents affected by the war with the help of media art therapy is analyzed. A total of more than 100 children aged 6 to 16 took part in 10 master classes. Children were invited to create a plasticine animation. Plasticine is a material that helps to work with strong feelings caused by the trauma of war. The children tried themselves in the roles of screenwriters, directors, animators, operators, and sound directors. The script was based on the archetypal motif «The Hero's Path». This motive corresponds to both the age of the child and the problems that he has to solve during the war. «Dream» was determined by the theme of the animated film. The metaphor of food was used to denote dreams. The image of the Thief was created through the analysis of obstacles on the way to the realization of dreams. All the children called the war an obstacle to the realization of their dreams. The image of the Hero of the film was created through the desired superpowers to overcome obstacles and achieve one's dreams. Most often, children identified the following superpowers: mastery of time, teleportation, the ability to fly, the presence of cyborg body parts, strength, power. Animated films have a healing potential for viewers to process collective trauma. Markers of psychotrauma were observed in children's behavior – violations of ideas about the world, about themselves, and in building friendly relationships. Children's ideas about the current social situation in Ukraine were reflected in the details of animated films, Ukrainian and Russian symbols for heroes, and colors. All the children had pent-up anger. Physical exercises were offered to release it. It was concluded that therapeutic work with trauma should be carried out in the child's native language. The children's parents filled out a questionnaire to find out the changes in the children's health, sleep patterns, nutrition, emotional state and behavior. Sleep improved in 38% of children. Appetite



improved in 25% of children. Psychological discomfort (fear, anxiety, fear, panic) decreased in 37% of children. Aggression decreased in 20% of children, passivity in 16%. Only 38% of children who participated in media art therapy classes did not experience any changes in their well-being and emotional state that were noticeable to their parents.

Key words: media art therapy, trauma, animated film, plasticine, Hero's path.

Проблема. Війна торкається кожного, всі українці, де б вони не знаходилися, піддаються її руйнівному впливу. І навіть не кожен дорослий був готовий до життя в особливій реальності війни і щоденних відповідей на виклики, які вона привносить в життя. Але найбільш постраждалими виявляються діти: вони не мають досвіду подолання негараздів, у них недостатньо особистісних ресурсів для цього, а поруч дорослі, які, перебуваючи в розпачі, не можуть допомогти. В умовах війни діти потребують підтримки у розвитку. Фахівці з допомоги особистості теж перебувають у цій жахливій реальності, але постійно шукають все нові та нові способи допомогти дітям і підліткам впоратися з наслідками пережитих подій.

Арттерапія є тим інструментом, який може стати в нагоді фахівцю з допомоги особистості. Творчість обумовлює вміння вирішувати нові завдання, орієнтуватися в нових умовах, долати різноманітні труднощі, творчість пробуджує та стимулює розвиток інтересів, оскільки завжди пов'язана з відкриттям нового, знаходженням чогось невідомого раніше. Творчість є спробою виходу за межі вже наявних знань, подолання власних меж. І в умовах інформаційного суспільства саме медіаторчість є найбільш наближеною до дитини, яка зростає зі смартфоном в руках.

Поява в українському інформаційному просторі безлічі матеріалів щодо застосування арттерапії в роботі з травмою має як очевидні позитивні, так і негативні сторони. Зараз фахівці вчаться в процесі надання допомоги і підтримки. Інша негативна сторона цього процесу – багато з пропонованих у вільному доступі методик несуть ризики ретравмування не лише дітей, навіть дорослих.

Тому сьогодні актуальним є обговорення досвіду ефективної роботи з дітьми, травмованих війною. І застосування медіаторчості в арттерапевтичній практиці – медіаарттерапія – це розвиток арттерапії як методу допомоги травмованій особистості.

Метою статті є презентація досвіду застосування створення анімації як методики медіаарттерапії в роботі з травмами війни у дітей та підлітків.



Виклад основного змісту. Медіаарттерапія – найновітніший різновид арттерапії – передбачає в якості засобів та простору для зцілення особистості за допомогою мистецтва сучасні системи комунікації та новітні цифрові технології. Розвиток медіаарттерапії є можливим завдяки розвитку інформаційного типу культури, з характерними для неї відкритістю, множинністю, мультикультуралізмом, віртуальністю, невизначеністю, глобалізацією світу. Визначальною рисою медіаарттерапії є використання сучасних медіа в творчому процесі. Мультиmodalність цифрового простору дозволяє оживити свою історію, казку, створюючи анімацію (чи Gif), або просто її озвучити за допомогою електронної музики. В медіаарттерапії є закономірним застосування кількох творчих модальностей впродовж однієї індивідуальної сесії чи сеансу групової роботи. Медіаарт суттєво розширює можливості використання арттерапії, допомагає знизити страх перед власною творчістю, поділитися творчими продуктами з іншими в соціальних мережах та отримати підтримку [18].

Методологічна база арттерапії дозволяє укріпити особистісну стійкість та сприяє подоланню наслідків травматичних подій. Творчість взагалі дозволяє віднайти ресурси у власному несвідомому та насититися ними. Будь-який вид образотворчої діяльності є надзвичайно важливим інструментом комунікації, що надає можливість людині вибудовувати більш гармонійні стосунки із зовнішнім світом. Крім того, завдяки можливостям медіаарттерапії та груповій роботі розширюється діапазон комунікативних стратегій під час взаємодії, створюються нові орієнтири самореалізації, з'являється впевненість у собі, пов'язана з медіакомпетентністю. Застосування можливостей сучасних інформаційних технологій допомагає:

- говорити з сучасною дитиною / підлітком однією мовою;
- зняти супротив перед творчою діяльністю (адже кожен може зробити фото, взаємодія з медіатехнологіями – звична діяльність сучасного підлітка),
- розвинути творчі здібності дитини / підлітка;
- розвинути критичне мислення та медіаімунітет (здатність розрізняти медіаманіпуляції розвивається за рахунок розуміння, як створюється медіапродукт, як можна застосовувати спеціальні ефекти тощо), перейти зі споживацького рівня взаємодії з медіа на рівень творця медіапродукту;
- подолати наслідки медіатравмування (яке є складовою психічного травмування українців, які бачать війну у прямому етері і отримують травму «Я – свідок» [2]),



- надає дитині в руки власні інструменти саморегуляції емоційного стану, спричиненого подіями війни;
- надає можливості для отримання підтримки друзів і навіть незнайомих людей завдяки поширенню власноруч створеного контенту в мережі інтернет.

Робота в групі створює умови для розширення комунікативного репертуару дитини, адаптації та реадaptaції у спільноті, соціальної активності, і, таким чином, формує в майбутньому активну життєву позицію.

Основні механізми медіаарттерапевтичного впливу: ототожнення себе з героєм, проєкція на медіапродукт емоцій, думок, почуттів, співпереживання, емоційна «розрядка», поринання у світ фантазій задля подолання фізичних і психічних страждань на символічному рівні, інтроєкція нових засобів вирішення проблем, і, як наслідок, зміна ставлення і поведінки, пробудження оптимізму, віри у власні можливості, що дуже важливо в роботі з травмованими дітьми і підлітками, які таким чином набувають досвіду самоефективності.

Отже, застосування медіаарттерапії з сучасними дітьми надає їм можливість знайти нову опору в нашому мінливому світі і запобігти подальшій траматизації, що є дуже важливим в умовах тривалої війни.

Попередні наші дослідження довели дієвість медіаарттерапії, а саме створення анімаційних фільмів задля подолання наслідків психотравмування, вирішення конфліктів і миротворення [2; 16].

Саме тому ми обрали медіаарттерапію для роботи в межах проєктів, в які нас запросили як менторку освітніх заходів разом з колежанками Олександрєю Ключановою та Оленою Луценко:

- «Мама видихають!» («Moms breathe out!»), що реалізувався громадською організацією «ЛІНОЛЕУМ» в грудні 2022 року (за фінансування Стабілізаційним фондом культури та освіти 2022 Федерального міністерства закордонних справ Німеччини та Goethe-Institut) в Києві, Луцьку, Чернівцях, Ужгороді;

- «Переміщена анімація», який реалізувався в вересні-жовтні 2023 року в Дніпрі, Одесі, Миколаєві та Житомирі (за фінансування Українського культурного фонду);

- та «Bridging gaps» («Бриджинг гепс»), що реалізувався в листопаді 2023 року в Запоріжжі ГО «Ліноліум» та ГО «КультПрожектор».

Перші два проєкти передбачали перегляди анімаційних фільмів Фестивалю сучасної анімації та медіаарту «Ліноліум» 2022-2023 років та майстер-класи з анімації для дітей та молодших підлітків. Останній – майстер-класи з арттерапії.



Цільовою аудиторією проєкту були діти-біженці – внутрішньо переміщені особи (ВПО) з небезпечних регіонів, де відбуваються бойові дії – Харкова, Чернігова, Павлодара, Нікополя, Попасної тощо – в західні області України, а також діти, постраждалі від війни за місцем проживання. Допомога у **подоланні наслідків травми війни у дітей та підлітків** була одним із пріоритетів проєкту.

В 10 майстер-класах взяли участь загалом більше 100 дітей та підлітків від 6 до 16 років. Заняття зі створення анімаційного фільму в групі дітей тривало 6 академічних годин з перервою на обід.

Спостереження в останні півтора роки за тими дітьми, які не були поблизу зони бойових дій, не ховалися тижнями від бомбардувань в метро чи бомбосховищах, доводить, що навіть вони живуть у постійному стані страху, відчувають приховані гнів, злість. Можемо розглядати це як наслідки травми нашого суспільства – травми війни. Деякі з дітей піддаються вторинному травмуванню, і всі – є жертвами медіатравмування.

Видом медіаконтенту, який було запропоновано створити дітям, було обрано пластилінову анімацію. Саме створення анімації розширює межі експериментів та можливості втілення вигаданих образів і дозволяє використовувати анімацію в роботі з позамежними переживаннями, зумовленими шоковою травмою війни та актуальними конфліктами, які зачіпають все суспільство.

Крім того, використання медіарттерапії, а саме створення анімаційних фільмів, дає можливість не тільки поринути у світ кіномистецтва, але й отримати навички розпізнавання засобів медіавпливу, медіаманіпуляції, підвищити свою медіакультуру, що в подальшому дасть можливість дитині протидіяти медіатравмуванню.

Пластилін був обраний як матеріал, який найкращим чином сприяє відреагуванню сильних почуттів, спричинених травмами війни, – страху, злості, відрази тощо. **Пластилін** використовується для роботи з агресією, фобіями, страхами та фрустраціями задля вираження сильних емоцій та переживань, що є важливим для психотравмованих дітей, які не завжди мають можливості виражати свої почуття і наповнені страхами. Завдяки такій роботі засобами маніпулювання матеріалом, знижується вірогідність аутоагресії, насильства з боку дитини стосовно інших [3].

На одному із занять під час конфлікту між дітьми, один хлопчик ліпив різні образи і зминав їх, поклавши на стіл, б'ючи по них кулаком. Останнім створеним ним образом був чорний пластиліновий кастет, який він «наліпив» собі на кисть руки і почав ним бити



по столу. Для запобігання травмуванню дитині йому були запропоновані тілесні вправи на вивільнення агресії.

Результатом роботи з пластиліном є зниження тілесної напруги, зміна емоційного фону, можливість «зустрічі» з неприємними переживаннями. Усвідомлення тілесних відчуттів у процесі роботи з пластиліном допомагає дитині інтегрувати отриманий досвід [там само]. Багато дітей казали, що їм приємно ліпити. Водночас пластилін не вимагає значних фізичних зусиль; сприяє створенню конкретних образів; яскраві кольори активізують фантазію та прояви спонтанності. Для створення анімаційного фільму важливо, що пластилін дає можливість відтворювати у творчому продукті будь-які теми. Саме це посилює усвідомлення та відреагування емоцій і почуттів, пов'язаних з травмами.

Створені з пластиліну образи можуть досить легко і в будь-який час бути модифікованими, що і відбувалося під час зйомок анімаційних фільмів (образи трансформувалися, зминалися, розривалися на шматки тощо). Ця властивість пластиліну надає можливості для змін і трансформацій, відчуття контролю над ситуацією та дозволяє на практиці здобути знання щодо права на помилку.

В одній із груп, під час створення спільного образу головного героя, один з хлопчиків був незадоволений спільним результатом. Він схопив фігурку героя, створеного кількома дітьми, і зім'яв її. Але саме можливість переліпити з того ж самого матеріалу і відновити образ надала ресурси для опанування травм інших учасників групи, адже героєм, який постраждав від агресивних дій дитини – це був птах Фенікс. І завдяки цій ситуації він став «справжнім» Феніксом [15], інші учасниці групи змогли його відновити, і «він став ще краще», за їхньою думкою. Дитина, яка спотворила героя, також отримала досвід відновлення та відродження і побачила, що власні помилки можна виправити, відремонтувати те, що здається втраченим. Прийняття групою та ведучими агресії дитини також справило позитивний вплив на хлопчика, адже гніватися можна, але треба обирати безпечно для себе та інших способи вивільнення власної агресії.

Ліплення з пластиліну оживляє сферу фізичних відчуттів (дотик, нагрівання, м'язова активність); дозволяє створити процес позитивного самопізнання, експериментування, творення, фантазії, гри; генерує нові моделі поведінки, активізує і підвищує самооцінку та впевненість в собі. Саме це є важливим для травмованих дітей – відновлення здатності фантазувати, грати, творити і завдяки цьому отримання досвіду



самоєфективності. Деякі діти продовжували ліпити навіть тоді, коли всі герої майбутнього анімаційного фільму були вже створені, а інші діти переходили до зйомок. Вони ускладнювали сюжет, вводили додаткових героїв чи елементи та аксесуари головних героїв (*так були створені помічники злодія в групах в Луцьку та Ужгороді, їхня зброя, агресивні деталі образу Дракона типу наліпок з шипів в групі в Чернівцях*, див. [1, 11]). Пластилін надає можливості працювати з дрібними деталями, задіює дрібну моторику, що сприяє заземленню, поверненню дитини до тілесних відчуттів.

У групі в Чернівцях найбільш гіперактивному хлопчику було запропоновано «малювати» пластиліном, вмазуючи його в картон і створюючи пласку картину: в такий спосіб він створив картину «Любов – це...» на мотив відомої серії мемів, і подарував її дівчинці в групі.

Завдяки застосуванню пластиліну з'являється можливість відпрацювати ті теми, які хвилюють дітей та підлітків на тут і зараз, навіть якщо це не є метою заняття. *У групі в Чернівцях один із хлопчиків зліпив пеніс в натуральну величину. В цьому віці, коли дитина починає цікавитися сексуальними стосунками, відчуває бурхливі емоції і вплив біологічних факторів дорослішання, травми війни накладають свій відбиток. Адже до керманича держави-агресора «приліпилося» прізвисько, яке і позначає чоловічий статевий орган. Тому дуже швидко «скульптура» опинилася під столом, і діти в різний спосіб намагалися повернути увагу ведучих до неї. Реакція арттерапевток була спокійною, дітям було запропоновано підняти об'єкт і щось про нього розповісти. Врешті-решт пеніс перетворився на одного з героїв анімаційного фільму, а саме – жертву агресії [1]. Цей феномен цікавий тим, що, з одного боку, в політичному контексті діти змінювали ставлення до агресора, перетворюючи його на жертву і потім рятуючи у фільмі, а з іншого – на символічному рівні кастрували його. Це також можна інтерпретувати як провокацію стосовно дорослих і «перевірку», чи можна їм довіряти. Хлопець – автор первинної скульптури – наприкінці заняття зізнався в індивідуальній бесіді з однією із ведучих, що вони були дуже вражені реакцією арттерапевток, адже очікували, що ті почнуть сваритися і соромити автора.*

В одній із груп Запоріжжя діти як тему анімаційного фільму бачили свою сепарацію від батьків, тому одним із героїв фільму, а саме Злодієм, стала «бабка під під'їздом» [7]. Ми ще повернемося до цього прикладу в іншому контексті.

Всі ці властивості пластиліну визначили його задля вирішення завдання майстер-класу – подолання наслідків психічних травм



дітей та підлітків та оволодіння ними навичками створення пластилінової анімації.

На майстер-класі діти спробували себе в ролях сценаристів, режисерів, аніматорів, операторів, режисерів зі звуку тощо. Кожна із ролей має свої особливості, розкриває певні якості учасників.

Режисер має бачити увесь фільм, він перебуває в метапозиції, виділяє окремі сцени. Його роль можна визначити як роль «керівника всього проекту». Через вік дітей, відсутність у них досвіду зйомок анімаційного фільму і обмежений час майстер-класу цю роль на початку зйомок брала на себе одна із арттерапевток, щоб продемонструвати дітям, як це робити. Ця «метапозиція» ролі режисера часто залишилася недоступною для опанування дітьми.

Для **оператора** анімаційного фільму важлива увага, ретельність, акуратність. Потрібно пам'ятати, скільки кадрів вже зроблено, скільки потрібно задля сцени, бути уважним до розташування камери, світла, дивитися у фотоапарат і одночасно бачити сцену в реальності.

Аніматорам – тим, хто працює з трансформаціями в кадрі – дуже потрібна терплячість, адже під час зйомок занадто велике переміщення героя чи його неправильний нахил позначаться на якості кінцевого продукту. Звісно, на зйомках у всіх групах руки дітей потрапляли в кадр. Ці кадри довелося видаляти під час монтажу. У зворотному зв'язку діти навіть проговорювали, що вони «сповільнилися» і розвинули терплячість.

Той, хто робить **монтаж**, – має творчі завдання: визначити довжину кожної сцени, її емоційну насиченість тощо, так само як і звуко-режисер, який накладає звук на готовий відеоряд. В частині груп діти самі підбирали музику до сцен та записували на диктофон потрібні звуки. Але остаточний монтаж через брак часу і технічну невідповідність дітей робили арттерапевтки.

Робота зі створення анімаційного фільму зазвичай складається з **чотирьох етапів** – підготовчого, зйомок, монтажу і спільного перегляду [5].

Перший етап – **підготовчий** – має на меті розробку ідеї, сценарію, режисури. На цьому етапі визначаються герої майбутнього фільму. Наприкінці цього етапу кожен учасник групи має більш-менш чітко уявлення про майбутній фільм. Ідею погоджено усіма учасниками групи. Таким чином, кожен робить свій внесок у розробку сценарію. Цей етап найдовший, адже саме на цьому етапі запускається процес зцілення травми:



- створюється атмосфера прийняття та довіри;
- відновлюється на метафоричному рівні «лінія життя» травмованої дитини;
- відбувається символізація, пов'язана з травмою;
- створюється новий нарратив, який відповідає стратегії подолання наслідків травми і етапу реконструкції за В.Еплтон [16].

На заняттях ми структурували процес «народження» ідеї і сценарію наступним чином. За основу було взято архетипний мотив «Шлях Героя», на якому Герой долає труднощі, дорослішає, вчиться опанувати власний гнів і знаходить «Священний Грааль» (див. [17]). На наш погляд, цей мотив відповідає і віку дитини, і тим проблемам, які вона має вирішувати під час війни.

Тема анімаційного фільму нами бачилася як «Мрія». Адже ми розуміли, що дітям в умовах війни потрібні ресурси для подолання наслідків пережитих травм, бачення майбутнього і адаптації на новому місці проживання для ВПО. Тому на першому етапі – під час знайомства – ми питали дітей про їхні мрії: «Якщо б мрія була їжею, то якою їжею вона могла бути?». Метафора їжі була обрана не випадково, адже саме їжа часто стає простим і доступним ресурсом для людини, яка пережила травматичні події. Їжа об'єднує, в українській культурі всі події родини пов'язані з прийомом їжі – від весілля до похорону, від Різдва до Великодня. Їжа має безпосередній зв'язок із тілом і його потребами.

Більшість дітей обирали дуже просту повсякденну їжу як метафору мрії – чіпси, чай, яєчню, смажену гомілку, пельмені, твердий сир, або ж фастфуд, який в Україні часто стає святковою їжею – суші, піцу. Ми розглядаємо це як «буденність» мрій дітей – їх «політ фантазії» був перерваний війною. І зараз вони хочуть ніби дуже простого – щоб все було як раніше, жити вдома, спати в своєму ліжку, ходити в свою школу і спілкуватися з друзями (діти проговорювали це: «*Я мрію повернутися додому, але мама боїться, бо у нас на городі лежить ракета*»). Але, на жаль, такі прості речі недоступні для дітей ВПО: їх домівки і школи зруйновані, друзі розкидані світом. Цікаво, що в містах, наближених до лінії фронту (Дніпро, Запоріжжя) діти частіше за дітей із інших міст бачили мрію солодкою – тортом, десертами, морозивом чи цукерками. Ми інтерпретуємо це як адаптацію до воєнних дій, вибухів, постійних тривог та небезпеки. Ці діти живуть у війні і намагаються будувати своє майбутнє в тих умовах, які є, і які вони не можуть змінити.

Наступним завданням було втілення своєї асоціації в художній образ за допомогою пластиліну – зліпити цю їжу. Деякі діти ліпили кілька їстівних продуктів чи страв.



Наступним кроком ми запитували у дітей, що заважає втіленню їхніх мрій у життя. І діти усіх груп однією з перепон (яку, згідно архетипному мотиву, має подолати Герой) називали те, що пов'язано з війною – путін, російські військові, ракети, бомби тощо. Жодним чином вся попередня робота не наштовхувала дітей на цю тему. Але те, що ця ідея виникала, говорить про створення довірливих стосунків у групі та єдності всіх дітей у своїх мріях. І підтверджує нашу гіпотезу щодо мрій дітей – вони хочуть миру. У двох групах дітей (в Одесі та Запоріжжі), а також у групі фахівців з допомоги особистості, проведеної в вересні 2022 року, переважали перепони, пов'язані з власними недоліками та неспроможностями (відсутність знань, досвіду, помилки, лінь тощо). Це можна розглядати як почуття провини, яке зараз є дуже поширеним у населення країни. З іншого боку, це можна розглядати вже як перші прояви посттравмівного зростання, вихід з позиції жертви, усвідомлення власних помилок, намагання в подальшому діяти по-іншому.

Через аналіз перешкод, які заважають здійсненню мрій, ми переходили до створення *образу Злодія*, який чинить ці перепони. В групі в Луцьку думки розділилися, адже кілька дітей хотіли зліпити саме образ путіна, а інші – російських загарбників та інших негативних персонажів. Тому в анімаційному фільмі, створеному луцькою групою, Герой зустрічає на своєму шляху цілу «армію» злодіїв [11]. В Київській групі одногolosно визначилося, що злодієм буде біоробот, нежива істота з біочастинами [6]. У групі в Чернівцях було запропоновано намалювати спільний образ Злодія на дошці, малюючи по черзі, і кожна наступна дитина домальовувала відсутні деталі – так з'явився триголовий дракон [1]. Група в Ужгороді погодила образ динозавра з головою собаки (репліка до народних назв російських агресорів – «свинособаки» та «орки»), і кожна дитина обрала, яку частину цього динозавра вона буде ліпити. Ця істота отримала ім'я «Діноdog» [15]. Але один хлопчик вирішив додати злодію багато зброї – гранатомети, автомати тощо, і тому доліпив йому помічників. Дніпровські діти взяли за метафору Злодія образ павука, що створює своє павутиння [8], в Одесі образ злодія був настільки невизначений, що уявлявся як безформна чорна маса [10]. У Миколаєві Злодієм стала Кикимора з хвостом дракона і осиним гніздом на голові [14]. В Житомирі діти вирішили, що ліплять Клоун Е-Е зі своїм помічником свино-хом'яком з вухами зайця за ім'ям А-А [13]. В одній із запорізьких груп Злодієм стала триголова Чупапабра з трьома хвостами [9]. А в другій групі в Запоріжжі, яка складалася лише з дівчат, Злодійкою, як ми вже писали, стала «бабка



під під'їздом» [7]. І ми вже наголошували, що ця група вирішувала питання підліткової сепарації. Але саме образ злодійки в цьому анімаційному фільмі (літній сарафан в квіточки, хусточка, палиця і те, з якою огидою діти її ліпили, і що проговорювали під час ліплення) надає нам засади вважати її символом «радянщини», символом того, проти чого бореться зараз Україна – повернення до російського поля. І це теж про сепарацію, але на макросоціальному і геополітичному рівні – остаточне відділення від росії, радянського союзу і минулого. Також, за нашою гіпотезою, у цих дітей є досвід спілкування з поколінням, яке виросло в Радянському Союзі і підтримує країну-агресора зараз.

Після цього створювався образ головного Героя фільму. Дітям пропонувалося відповісти на питання, якими **суперсилами** має володіти **Герой** для подолання перешкод і досягнення своєї мрії. Серед найбільш часто згадуваних суперсил – володіння часом, можливість миттєво переміщуватися в просторі (телепортація) чи літати, наявність частин тіла кіборга, сила, міць. Крім того, йшлося про телекінез, читання думок, а в групі в Миколаєві суперсилою Героя стала здатність змінювати закони Всесвіту. В групі в Ужгороді була запропонована суперсила «відродження після смерті», яка і була втілена в образі Фенікса.

Герой групи в Дніпрі – Крикотапт – міг зачаровувати воду [8] (ми розглядаємо це як посилення на катастрофу з водою, пов'язану зі знищенням окупантами Каховської греблі). Смурф, створений групою в Миколаєві – мав всі суперсили (управляв часом, літав на алікорні, кидав вогневі кульки, міг змінювати закони реальності тощо) [14].

Варто зазначити, що у груп в Києві, Луцьку та Чернівцях і в обох запорізьких групах Герой був людиною, хоча і наділеною певними суперсилами: Герой в анімаційному фільмі, створений у Києві за допомогою яблука, відростив собі «чарівні кінцівки» [6], у групі Чернівців Герой міг літати [1], Герой анімаційного фільму в Луцьку – управляв часом [11], Козак із фільму, створений дітьми Запоріжжя, мав чарівну паличку [9]. Герої анімаційних фільмів груп в Житомирі, Дніпрі, Миколаєві та Одесі були людиноподібні.

Київська та одна із запорізьких груп (обидві групи були «дівчачі») вирішили, що Головний Герой буде жіночої статі – Дена в київській групі і Ганна у формі ЗСУ в Запоріжжі [7].

Також зазначимо, що в п'яти із десяти, створених дітьми анімаційних фільмах, у Героя були **чарівні помічники**: в київській групі голуб приносить героїні чарівну флейту, гра на якій руйнує біоробота [6], у миколаївській групі герой літає на алікорні – єдинорогу з крилами [14], одеські діти не бачили героя без котика, який рятує



його і наділяє суперсилами [10], а діти Луцька навіть проговорювали, що то союзники дали герою ППО [11]. Навіть Феніксу чарівний помічник створює портал в іншу реальність, розрізаючи простір, де Фенікс після спалення може переродитися [15]. Тобто діти усвідомлюють, що Україна воює не сама, їй надається допомога, і це проявляється в історіях, які вони створюють.

Після створення головних героїв фільму та обговорення діти легко складали сценарій: поява Злодія, його агресивні вчинки, поява Героя, битва, перемога Героя, святкування Перемоги. В анімаційному фільмі в Ужгороді додалася ще одна сцена – смерть та відродження головного Героя Фенікса. Іноді діти починали свій фільм із мрій, втілених в образ їжі, які намагався загарбувати чи знищити Злодій, іноді їжа ставала «винагородою» Герою, який переміг Зло.

Другий етап створення анімаційного фільму – *зйомка* – є безпосереднім оживленням персонажів. Для зйомки використовувався звичайний фотоапарат Nikon (або смартфон Samsung Galaxy), штатив. Знімальним майданчиком був стіл, на який був закріплений аркуш ватмана. Ми пропонували дітям створити певний простір за допомогою олійної пастелі, в якому мали відбуватися події майбутнього анімаційного фільму. Кожна група пропонувала своє бачення цього простору, але кожного разу це було чисте блакитне небо і безкрайні простори України – поля, луки тощо (лише в київській групі простором для розгортання подій фільму стало місто, образ якого було намальовано дорослими). Ми інтерпретуємо цей образ як образ мирної країни, де не літають літаки зі смертоносними бомбами, снаряди, а люди вирощують на землі врожай. І цей образ відповідає уявленням дітей про Україну до війни і прагненням відновити країну в майбутньому.

Освітлення краще застосовувати природне, але через майстер-класи, що проводилися в грудні 2022 і листопаді 2023, коли були короткі дні та проблеми з електрикою в країні, і в Миколаївській групі, яка працювала в бомбосховищі, ми використовували змішане освітлення, закріплюючи над «знімальним майданчиком» кругову led-лампку.

Ми намагалися залучити всіх дітей до участі в трансформаціях та рухах героїв у кожній сцені фільму. Діти, які відчували себе жертвами, долучалися до зйомок лише тоді, коли персонаж, в ліпленні якого вони брали участь, виходив на «сцену».

Анімаційні фільми склалися з 230-510 кадрів. Відповідно відрізняється і тривалість створених анімаційних фільмів (від півтора до трьох хвилин).



Під час зйомки учасники вдосконалювали первинний сценарій – переробляли сцени, вносили доповнення до сценарію. Ці зміни відбувалися за двома загальними напрямками – гіперболізація (більша акцентованість та емоційне навантаження окремих сцен); спрощення (неможливість передати складні сюжетні ходи призводить до трансформації первинного образу; див. [4]). Обмеженість часу майстер-класу не дала можливості ускладнити анімаційний фільм різними ракурсами та використати такий виразний прийом, як план зображення.

Монтаж анімаційного фільму – третій етап роботи – відбувався за допомогою комп'ютера та простого програмного забезпечення Movavi (version 5.2.2) самими ведучими і поза межами часового простору занять, а посилання на розміщений на ютуб-каналі готовий фільм надсилалося батькам дітей. Проте у більшості груп діти самі обирали музику, яка мала супроводжувати анімаційний фільм, чи записували звуки на диктофон та надсилали арттерапевтам.

Інтеграція знімального матеріалу (окремих фотографій) у цілісний образ, озвучування та музичне оформлення, з точки зору психологічної допомоги в подоланні наслідків психотравмування, може розглядатися як відновлення цілісного сприйняття світу після його фрагментації під час травмивної події. І за умови проведення, наприклад, дводенних майстер-класів, чи повноцінної терапевтичної групи, та забезпечення технікою – комп'ютером з відповідним програмним забезпеченням – цей етап доречно було б включити до терапевтичної роботи.

Спільна творчість сприяє отриманню досвіду взаємопідтримки, опори, відновлюється цілісне сприймання реальності, де є місце кожному погляду, кожній думці, де можна разом в атмосфері прийняття існувати, взаємодіяти та творити. Анімаційний фільм як результат є великим ресурсом для учасників спільної творчості.

Але саме в медіарттерапії можливість отримати готовий **результат** спільної творчості – створити щось незвичайне і поділитися цим із іншими – є не менш важливою за процес спільної творчості та взаємодії. Останній – **глядацький** – етап пов'язаний із презентацією власного продукту аудиторії. У застосуванні анімації як арттерапевтичної методики можна зазначити, що процес завершується у повноцінному контакті із глядачем; співставленні власних почуттів, оцінці передачі задуму тощо. Екранний образ починає існувати не лише в уяві авторів, а набуває сенсів, що надають йому глядачі [5]. Відбувається діалог медіаторців і глядачів. Переживання власної екранної творчості як соціальної – доступної для перегляду іншими – відкриває для учасників групи сутнісну цінність і значення екрану в сучасному житті.



І це дає ресурс взаємопідтримки та довіри одночасно з усвідомленням і реалізацією власних бажань і потреб, можливості для інтеріоризації кожним учасником образів творчого продукту, що зумовлює впровадження отриманих знань та навичок у життя.

На жаль, короткочасність проведеної роботи не дозволяла повноцінно проводити цей етап. Ми не маємо відгуків дітей стосовно кінцевого продукту їхньої спільної творчості, не знаємо реакції на анімаційні фільми інших глядачів, що могло б стати цінним ресурсом у зціленні від травми.

На майстер-класах перша презентація «чорнового монтажу» створеного анімаційного фільму відбувалася під час завершення. Всі групи дітей мали можливість подивитися «сирий» та швидкий монтаж фільму без звукоряду і поділитися враженнями від майстер-класу. Етап обговорення в групах дітей зазвичай «змазаний», короткий, скоріше схожий на обмін емоціями. Діти молодшого підліткового віку не схильні до рефлексії. Але ми спостерігали, що і результат – анімаційний фільм – не завжди був важливий для дітей. Найбільш важливою була атмосфера прийняття та довіри в полі арттерапії, в якій можливо відверто спілкуватися, вивільняти свої емоції і ділитися ними з іншими, знайти друзів. У всіх групах діти із задоволенням і захватом по кілька разів передивлялися перший «чорновий» варіант створеного анімаційного фільму. Ще одна можлива інтерпретація невеликої уваги до спільного продукту в тому, що діти відчували, що вже «відпрацювали» запропоновану тему, це для них «пройдений етап», вони не застрягали в травмі і рухалися далі. Перегляд створеного фільму був крапкою, а не трикрапкою на їхньому життєвому шляху. В цьому і особливість дитячої психіки: сам процес творення стає цілющим для дитини, а результат може бути не важливим для неї. На наш погляд, таке ставлення дітей до своїх творчих продуктів є показником досягнення мети – подолання наслідків травматичних подій.

Але цей результат – анімаційні фільми створені дітьми з травмами війни – має цілющий потенціал для опрацювання колективної травми глядачами. Створення анімації на соціально значущі теми – конфлікт, війна – це можливість не лише поділитися власними здобутками з іншими, а й зробити свій власний внесок у подолання колективного травмування, розвиток суспільства, вихід на новий рівень розуміння соціальної медіареальності [2]. Це відбувається тому, що сприймання медійного (екранного) продукту залежить від певних групових характеристик – емоційного єднання, загального культурного рівня групи, підсилення чи послаблення емоційних реакцій, групових цінностей, і процесів – катарсису, рефлексії [4].



Медіатвори є потужними стимуляторами активності складних психічних процесів у групі та суспільстві взагалі і породжують співтворчість. Йдеться не про створення, а саме про творче сприймання спільно створеного продукту. Сприймання створеного власноруч чи кимось зі знайомих аудіо-візуального медіапродукту сприяє як підвищенню рівня візуальної культури (яка є складовою медіакультури особистості і формує психіку людини, за Виготським), так і створенню цілющого середовища задля подолання наслідків травмивних подій у власній психіці. Глядач несвідомо створює власні асоціації з образами, побаченими на екрані, які відповідають його життєвому досвіду, і, таким чином, може впоратися з власними страхами, болючими переживаннями за допомогою способу, запропонованому в анімаційному фільмі. Навіть дорослі, дивлячись такі фільми, несвідомо ідентифікують себе з його героями, переживають за них, радіють і горюють разом із ними. Це відбувається саме тому, що перегляд «мультиків» у якості дитячої забави зумовлює певне занурення у світ дитинства й іноді – певного регресу.

Вважаємо, що створення анімаційного фільму та його попередній перегляд мали цілющий ефект для всіх учасників майстер-класів.

Спостереження за поведінкою дітей – учасників занять з медіа-арттерапії дозволили виявити **маркери психотравмування**:

- порушення уявлень про світ, а саме: неможливість приймати підтримку, бажання контролювати час (що проявлялося в наданню героям анімаційних фільмів здатності управління часом), бажання миттєвого переміщення у просторі – за допомогою порталів чи телепортації (що, як ми вважаємо, є ознакою переривання «лінії життя» дитини під час травмивної події, через що сама травмивна подія витісняється дитиною) тощо;

- порушення уявлень про себе у формі психосоматичних реакцій на певні арттерапевтичні вправи (головний біль, сонливість, які раптово з'являлися і раптово зникали), труднощі під час опанування гніву (ця здатність розвивається саме у молодшому підлітковому віці і є кроком на шляху Героя [17], який має опанувати свій гнів і навчитися спрямовувати його на ворога), потребі в чітких інструкціях і неможливості вдатися до вільної творчості тощо;

- порушення в побудові доброзичливих стосунків, що особливо були помітні у дітей, які нещодавно переїхали в умовно безпечні регіони України з зони бойових дій, і донедавна знаходилися в гарячих точках. Це проявлялося у формі замкненості, нещирості, недовіри до інших, відмові брати участь у спільній творчості, відчутті самотності, ізольованості в групі та впевненості, що «мене ніхто не зрозуміє», що може трактуватися як стан жертви.



• Також важливо додати, що уявлення дітей про Україну, окупантів і боротьбу народу та армії проти російської агресії знайшли своє відображення у деталях анімаційних фільмів:

• «рука кіборга» в анімаційному фільмі «Перемога на Ніт Упом» як відображення біопротезів наших воїнів, покалічених у війні, відростання «чарівник кінцівок» у фільмі «Перемога Дени над божевільним роботом» [6];

• саме ім'я головного Злодія – Ніт Уп є перевернутим прізвисьмом керманіча держави-агресора [11],

• херсонський розчавлений кавун в анімаційному фільмі «Битва з триголовим, якого не можна називати» [2];

• форма головного героя фільму «Фенікс, що відроджується та перемагає» дуже схожа на форму літака «Мрія», знищеного окупантами на аеродромі в Гостомелі тощо [15];

• застосування потоку води для знищення злодія Павука та його павутиння в анімаційному фільмі дніпровських дітей є не лише символом очищення української землі, а й реакцією на події, пов'язані з підривом Каховської греблі (нагадаємо, що головний Герой фільму міг заclinати воду) [8].

Діти застосовували українські та російські символи для позначення героїв – символи російського прапора в анімаційних фільмах «Перемога на Ніт Упом» [11], «Фенікс, що відроджується та перемагає» [15] та «Перемога Козака над Чупапаброю» [9]; Триголовий, якого не можна називати [1], та Чупапабра по формі схожі на двоголового орла на російському гербі [9]; крила Фенікса [15], одяг переможця Ніт Упа [11], та Козак з фільму, створеному в Запоріжжі [9] виконані в кольорах українського прапора. Ганна із «Колесо порятунку мрій» [7] одягнена в форму ЗСУ, а кіт приносить український прапор Герою одеського фільму «Різнобарвна перемога над темрявою» [10]. До цього додамо, що фермер – жертва агресії Триголового, на яку перетворився чоловічий статевий орган в фільмі, створеному групою в Чернівцях ([1], цей випадок ми вже раніше згадували) був спочатку одягнений в кольори російського прапора, але коли діти це помітили, вони «перевдягли» його. Це, до речі, підтверджує нашу гіпотезу щодо того, що у фалічному символі було втілено образ агресора.

Кольори, які діти застосовували для ліплення злодія у всіх фільмах – коричневий, зелений, чорний, що свідчить про ставлення до російських загарбників – огида, відроза, страх. Головний герой, з яким, як правило, діти себе і ідентифікують, створений в таких кольорах – помаранчевий,



червоний, жовто-блакитний. Це позначає такі емоції та стани як гнів, активність, агресивність, заспокоєння, віра в краще майбутнє [12].

У всіх групах дітей спостерігалося дуже багато затисненої злості. Для її вивільнення, а також для «заземлення» (повернення зв'язку з реальністю під час сильних емоцій) пропонувалися різні тілесні вправи. У групах в Чернівцях та Ужгороді дітям також пропонувалися елементи драматерапії – зобразити, зіграти злодія за допомогою тіла: як він рухається, які звуки видає, як нападає і лякає. Такі вправи сприяли розкриттю і розкृतості дітей, підсиленню впевненості в собі. В групі в Луцьку діти жартома вчинили бійку м'якими «мішками» для сидіння. В Ужгородській групі конфлікт між двома учасниками привів майже до справжньої бійки та сліз одного із хлопчиків. Матусям обох учасників конфлікту було рекомендовано індивідуальну арттерапію для дітей.

Про затиснену агресію, злість, спрямовану на російських загарбників, які винуваті у змінах в житті українських дітей, та можливість її вивільнити в безпечний для дітей спосіб свідчить і смерть Злодія в УСІХ анімаційних фільмах. Діти із задоволенням знімали сцени смерті, розчленування злодіїв, зминали образи, не шкодуючи, намагаючись зробити це швидко, що шкодило власне результату зйомок, зображали кров, яка лилася зі Злодія. У фільмі чернівецької групи діти вирішили не просто вбити злодія, а засмажити його і з'їсти [15]. Так само хотіли вчинити і житомирські діти з Клоун Е-Е і його помічником свино-хом'яком з вухами зайця А-А, але за браком часу не встигали зняти цю сцену, тому представили лише як Герой їсть і викидає кістки [13]. Тут ми вбачаємо стародавні ритуали традиційних суспільств, коли ворога треба було з'їсти, щоб всмоктати його силу. Згадується, що під час зйомок сцени смаження Злодія одна дуже мила і чемна дівчинка-білявка 11 років, звертаючись до арттерапевток, просила: *«Ну дайте-дайте мені, встромити кіл йому в зад»*.

До цього додамо і можливість проявити огиду та відразу до агресора, які проявилися в фільмі «Смадкіз – рятівник мрій» [13], коли помічник Клоуна «наклав купу», на якій підсковзнувся Злодій, що дозволило Герою Смадкізу його побачити на знищити.

Також один із загальних висновків стосується кількості дітей в групі. 12-15 дітей в групі навіть із урахуванням залучення двох арттерапевтів не дає можливості повною мірою надати потрібну підтримку всім травмованим дітям. Більш корисною і доцільною буде робота з групою до 8 дітей. На другому етапі в зйомках одночасно може брати участь не більш ніж 4-5 дітей, інші опиняються поза увагою ведучих, не задіяні у творчому процесі.



І ще одне важливе зауваження щодо мови ведення занять. Більшість дітей ВПО, які брали участь в заняттях з медіаарттерапії, народилися і провели більшу частину свого життя в російськомовних регіонах України. Вони всі намагалися говорити українською мовою, але під час активних проявів емоцій переходили на російську. Особливо яскраво це було помітно в групі в Ужгороді, де діти в середині занять просто перестали чути ведучих. Відновити контакт стало можливо, коли арттерапевтки перейшли на російську мову, якою діти розмовляли між собою. Ми маємо переконання, що проводити терапевтичну роботу з травмою потрібно рідною мовою дитини. Адже травма закарбовується на довербальному рівні – тіла, емоцій, образів. Когнітивна складова роботи з травмою (а мова належить до когнітивної сфери) можлива лише на останньому етапі – усвідомленні травми і побудови нових сенсів життя. Діти ВПО, чиї домівки були зруйновані, які втратили все, що асоціювалося у них із безпечним місцем, щастям, безтурботністю, не здатні опанувати наслідки цих травмивних подій не рідною мовою.

Після занять батьки дітей отримали анкету, метою якої було з'ясування змін, які відбулися у дітей. Батьки мали відповісти на кілька питань, оцінивши зміни у здоров'ї, режимі сну, харчування, емоційному стані та поведінці дітей (агресивна поведінка, тривога, пасивність тощо). Також ми цікавилися враженнями і емоціями дітей від занять. Батьки заповнювали анкету через тиждень і пізніше після участі дитини у майстер-класі з медіаарттерапії.

На жаль, заповнили анкету лише чверть батьків (28 дітей).

Серед емоцій, які були після майстер-класів у дітей та після перегляду вже кінцевого продукту (питання з альтернативами) – цікавість, радість, захоплення, захват, гордість.

Сон покращився (відповіді «Значно покращився» та «Трохи покращився») у 38 % дітей, батьки яких відповіли на питання анкети (відповіді на відкрите питання: «Стала спати краще, і вночі зовсім не просинатись», «Пізнє прокидання», «Прийшла та заснула», «Більш ранне засинання», «Спокійніше засинає», «Розповідає про гарні сни», «Ранне засипання і міцний сон», «Раніше засинає», «Більш ранне засинання»).

Апетит покращився у 25 % дітей (відповіді «Значно покращився» та «Трохи покращився»), батьки яких відповіли на питання анкети (відповіді на відкрите питання: «Солодке хоче постійно, але й почав їсти м'ясо, раніше не любив», «Стала їсти більше фруктів», «Завжди їла погано, трохи збільшилися порції», «Стала їсти більше»).



Чотири дитини стали відчувати головний біль рідше, ніж до участі в майстер-класі з медіаарттерапії (13 % від отриманих відповідей батьків). Серед відповідей на відкрите питання щодо змін в стані здоров'я дитини були: «Став більш рухливим», «Все добре», «Приємна втома», «Змінилось емоційне здоров'я. Стала більш радісною», «Став більш спокійним», «З'явилися захоплення, зацікавленість», «Активна», «Стала більш спокійною, швидше засипає».

У 37 % дітей, батьки яких відповіли на питання, знизився психологічний дискомфорт (побоювання, тривога, страх, паніка). У 20% дітей, згідно отриманих відповідей їхніх батьків, знизилася агресія, у 16% знизилася пасивність.

Серед відповідей на відкрите питання щодо змін у поведінці дитини: «Став цікавитись природою», «Пішло все на поправку», «Хочє від життя нових вражень», «Радість, зацікавленість», «Із захопленням та гордістю розповідала про зроблений мультик», «Став більш відповідальним, розсудливим, працьовитим», «Стала більш зосереджена», «Після перегляду мультфільму пояснює якісь технічні моменти створення картини. Цікавиться написанням сюжету для своєї роботи, хотіла б спробувати себе в ролі сценариста або режисера».

Із отриманих відповідей можна дійти висновку, що лише у 38 % дітей, які брали участь у заняттях із медіаарттерапії, не відбулося жодних помітних батькам змін в самопочутті та емоційному стані.

Висновки. Заняття з медіаарттерапії, а саме створення анімаційних фільмів із використанням пластиліну, допомогли дітям та підліткам висловити свої почуття, пов'язані з війною в Україні – гнів, страх тощо – в анімаційному фільмі. Досвід проведення занять засвідчив ефективність обраного формату, матеріалів (пластилінова анімація) та терапевтичних інтервенцій (сюжет, заснований на архетипі «Шлях Героя»). Кожна дитина була почута, кожна перевела свій травмівний досвід в символічну форму в створеному анімаційному фільмі.

Медіаторність через доступність і можливості, які надають сучасні інформаційні технології, є основою побудови нових культурних цінностей; може надавати вплив розвитку культури та актуального мистецтва і стати регулятором соціальних систем. Спільна медіаторність сприяє подоланню криз і розвитку спільноти завдяки цифровій свободі; медіаторність є інструментом екології цифрового життя особистості та суспільства.

Література:

1. *Битва з триголовим, кого-не-можна-називати.* (2022). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=eGyuLqvF4no>



2. Вознесенська, О. Л. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми: практичний посібник* (вид. 2ге: стереотипне). Київ: Назаренко Т. В. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/media-artterapiya-yak-zasib-podolannya-nasliddkiv-i-profilaktyku-psyhotravmy-2/>
3. Вознесенська О.Л., О.М. Скар (Ed.). (2017). *Енциклопедичний словник з арт-терапії*. Київ: ФОП Назаренко Т. В., 2017. 312 с.
4. Голубева О. Є. (2010). Екран як новий вимір психічної реальності. In: *Простір арт-терапії*. Вип. 2 (8): 22-32.
5. Голубева О. Є. (2012). *Анімаційна студія у навчальному закладі*. Київ: Видавництво «Шкільний світ». 93 с.
6. *Історія про перемогу Дени над божевільним роботом*. (2022). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=e51tcBMnI9g>
7. *Колесо порятунку мрій*. (2023). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=FEuXzO9crP0>
8. *Крикотант та ворожий навук*. (2023). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=jbiN5xnogjM>
9. *Перемога Козака над Чупанаброю*. (2023). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=iQrfQLPzQbs>
10. *Різнобарвна перемога над темрявою*. (2023). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=s7X1Qt8dx18>
11. *Свято перемоги над Ніт Упом*. (2022). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=isK7Y0dg4wY>
12. Серов Н.В. (1993). *Лікування кольором. Мода і гармонія*. Санкт-Петербург: ЛИСС. 48 с. (рос.)
13. *Смаккіз – рятівник мрій*. (2023). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=iypz7HvPpbg>
14. *Супергерой Смурф рятує свято*. (2023). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=KiouY3NInBw>
15. *Фенікс, що відроджується та перемагає...* (2022). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=K13R2DPI0gQ>
16. *Appleton V. Avenues of hope: Art therapy and the resolution of trauma / V. Appleton // Journal of the American Art Therapy Association. – 2001. – Vol. 18. – Issue 1. – P. 6-13.*
17. Johnson R. A. *He: Understanding Masculine Psychology*. Harper Perennial; Revised edition: 1989. [ISBN 10: ISBN 13: 9780060551780. 83 p.
18. Voznesenska O. Media-art-therapy as a helping tool for a personality in the information age. *European Journal of interdisciplinary studies. Studies and researches*. 2019. № 1. URL: <http://www.ejist.ro/abstract/429/Media---Art---Therapy-as-a-Helping-Tool-for-the-Personality-in-the-Information.html>

