

Міністерство освіти і науки України  
Київський національний університет  
імені Тараса Шевченка  
Факультет психології  
Кафедра соціальної реабілітації та соціальної педагогіки

*На правах рукопису*

**Ніколаєвська Влада Олексіївна**

**ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ДІТЕЙ,  
ТРАВМОВАНИХ ВІЙНОЮ, ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня  
магістра соціальної роботи

**Науковий керівник:**

Доктор психологічних наук, професор

**Чуйко Олена Василівна**

*Допустити до захисту в ДЕК*

Кафедра соціальної реабілітації

та соціальної педагогіки

Завідувач кафедри соціальної реабілітації

та соціальної педагогіки

доктор педагогічних наук, професор

**Чернуха Надія Миколаївна**

---

**Київ – 2026**

## АНОТАЦІЯ

**Ніколаєвська В. О.**

**Тема:** «Зміцнення національної ідентичності дітей, травмованих війною, засобами арт-терапії».

**Об'єкт:** становлення національної ідентичності дітей, травмованих війною, зокрема внутрішньо переміщених підлітків.

**Предмет:** арт-терапевтичні засоби як інструмент зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків в умовах пережитого травматичного досвіду.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати, розробити та апробувати програму арт-терапевтичних занять, спрямовану на зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків, здійснити оцінку її ефективності в межах пілотного дослідження.

**Методи дослідження:** теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація наукових джерел); емпіричні (спостереження, групові бесіди, аналіз продуктів діяльності (підліткових арт-терапевтичних робіт); застосування психодіагностичних та проєктивних методик (зокрема проєктивно-вербальної методики «Хто я?» (Kuhn & McPartland, 1954) та проєктивної методики «Географія візуальних образів» (Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017); пілотне дослідження з елементами формувального впливу; методи кількісного та якісного аналізу; методи математико-статистичної обробки (розрахунок середніх значень, визначення індивідуальних змін, відсотковий аналіз та порівняння показників до і після впливу); тріангуляція даних.

**Основний матеріал** дослідження викладено на 80 сторінках загального тексту, який містить 13 рисунків, перелік використаних джерел у кількості 80 найменувань, а також 8 додатків.

### **Результати.**

У роботі теоретично обґрунтовано сутність національної ідентичності як багатовимірного психосоціального феномену та визначено особливості її формування у підлітків, які пережили травматичний досвід вимушеного

переміщення. Доведено, що арт-терапія є ефективним інструментом зміцнення національної ідентичності завдяки можливості символічного самовираження, емоційної стабілізації та інтеграції особистісного досвіду.

Розроблено та апробовано програму арт-терапевтичних занять, спрямовану на розвиток саморефлексії, розширення структури «Я-концепції» та актуалізацію національно-культурного компоненту ідентичності. За результатами пілотного дослідження встановлено позитивну динаміку: збільшення кількості самохарактеристик, зростання частки об'єктивних і позитивно забарвлених висловлювань, посилення національно маркованих характеристик та зниження фрагментарності самоідентифікації.

Визначено ключові механізми ефективності програми: використання метафори і символу як безпечного посередника роботи з внутрішнім досвідом; звернення до етнокультурних ресурсів; групова взаємодія як чинник формування почуття належності; недирективний і травмоінформований підхід.

Обґрунтовано, що ефективність арт-терапевтичної роботи залежить від вікових особливостей: для старших підлітків вона є більш результативною, тоді як для молодших доцільним є використання конкретних образів і зменшення рівня вербалізації.

На основі отриманих результатів розроблено методичні рекомендації та підготовлено посібник щодо використання арт-терапевтичних засобів у реабілітаційних та освітніх закладах.

**Ключові слова:** національна ідентичність, підлітки, внутрішньо переміщені особи, травматичний досвід, арт-терапія, Я-концепція, соціально-психологічна реабілітація.

## **ABSTRACT**

**Nikolaievska V. O.**

**Title:** Strengthening National Identity of War-Affected Children by Means of Art Therapy

**Object:** the process of formation of national identity of war-affected children, in particular internally displaced adolescents.

**Subject:** art-therapeutic means as a tool for strengthening national identity of internally displaced adolescents in the context of traumatic experience.

**Purpose:** to theoretically substantiate, develop and pilot a program of art-therapy sessions aimed at strengthening national identity of internally displaced adolescents, to evaluate its effectiveness within a pilot study.

**Research methods:** theoretical (analysis, synthesis, generalization, systematization); empirical (observation, group discussions, analysis of creative products, application of the “Who am I?” method (Kuhn & McPartland) and the projective technique “Geography of visual images” (Ostapenko, 2014; Sosniuk & Ostapenko, 2017); pilot study with formative elements; quantitative and qualitative analysis; basic statistical methods (mean values, individual changes, percentage analysis, comparison before and after intervention); data triangulation.

**The main material** of the research is presented on 80 pages of the general text, which contains 13 figures, a list of used sources in the number of 80 items, as well as 8 appendices.

### **Results.**

The study substantiates national identity as a multidimensional psychosocial phenomenon and identifies the specific features of its formation in adolescents who have experienced forced displacement. Art therapy is proven to be an effective tool for strengthening identity through symbolic expression, emotional stabilization, and integration of personal experience.

An art-therapy program was developed and piloted. The results demonstrate positive dynamics: increased number of self-descriptions, higher proportion of objective and positively colored statements, strengthening of nationally marked characteristics, and reduced identity fragmentation.

Key mechanisms of effectiveness include the use of metaphor and symbol, engagement with ethnocultural resources, group interaction fostering a sense of belonging, and a non-directive trauma-informed approach.

It was also found that effectiveness varies by age: older adolescents benefit more due to developed reflection and symbolic thinking, while younger adolescents require more concrete imagery and less verbalization.

Based on the findings, methodological recommendations and a practical guide for the use of art-therapy tools in rehabilitation and educational settings were developed.

**Keywords:** national identity, adolescents, internally displaced persons, trauma, art therapy, self-concept, psychosocial rehabilitation.

## ЗМІСТ

|   |           |
|---|-----------|
| <b>ВСТУП .....</b>  | <b>7</b>  |
| <b>РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ .....</b>                     | <b>13</b> |
| 1.1. Зміст поняття «національна ідентичність» та його характеристика .....  | 13        |
| 1.2. Вікові особливості формування національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків .....   | 22        |
| 1.3. Арт-терапія як інструмент зміцнення національної ідентичності в реабілітаційних закладах .....   | 27        |
| Висновки до розділу 1 .....   | 35        |
| <b>РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНА АПРОБАЦІЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТОДІВ ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ .....</b>                             | <b>37</b> |
| 2.1. Дизайн пілотного дослідження та методичний інструментарій.....   | 37        |
| 2.2. Характеристика пілотної вибірки та організація дослідження.....  | 43        |
| 2.3. Етичні засади та травмоінформовані принципи проведення дослідження .....   | 46        |
| Висновки до розділу 2 .....   | 49        |
| <b>РОЗДІЛ III. ОПИС АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПРОГРАМИ ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ ТА ЇЇ ЕФЕКТИВНІСТЬ.....</b> | <b>51</b> |
| 3.1. Опис арт-терапевтичної програми зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків .....                                 | 51        |
| 3.2. Аналіз результатів дослідження ефективності застосування арт-терапевтичних методик .....   | 58        |
| 3.3. Результати впровадження програми та рекомендації щодо використання арт-терапевтичних методів у реабілітаційних центрах .....               | 71        |
| Висновки до розділу 3 .....   | 75        |
| <b>ВИСНОВКИ .....</b>   | <b>77</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>   | <b>81</b> |
| <b>ДОДАТКИ .....</b>  | <b>92</b> |

## ВСТУП

### **Актуальність обраної теми.**

У сучасних умовах повномасштабної збройної агресії проти України та системного інформаційного і культурного впливу на молодь особливої актуальності набуває проблема збереження й зміцнення національної ідентичності підлітків. Війна, вимушене переміщення, порушення соціальних зв'язків і нестабільність соціокультурного середовища створюють ризики розмивання ціннісних орієнтацій, втрати відчуття приналежності та зниження психологічної стійкості. В таких умовах національна ідентичність виступає не лише чинником соціальної згуртованості, а й важливим ресурсом особистісного самовизначення та внутрішньої стабільності.

За даними UNICEF, станом на 2026 рік понад третина дітей в Україні (2 589 900 осіб), залишаються переміщеними, серед яких понад 791 000 перебувають всередині країни в умовах війни (Unicef, 2026). Досвід вимушеного переміщення супроводжується втратою звичних соціальних зв'язків, порушенням відчуття безпеки та необхідністю адаптації до нового середовища. Дослідження (Таранцов et al., 2024), в свою чергу, свідчать, що підлітки, які мають досвід внутрішнього переміщення, демонструють підвищений рівень тривожності, емоційної нестабільності, труднощі соціальної інтеграції та зниження життєвої мотивації, що ускладнює процеси самовизначення та формування цілісної «Я-концепції».

Підлітковий вік є сенситивним періодом для формування ідентичності, системи цінностей та почуття належності. Водночас пережитий травматичний досвід, зміна соціокультурного середовища та вплив суперечливих ідентифікаційних наративів можуть призводити до фрагментарності ідентичності та її недостатньої актуалізації. У цьому контексті національна ідентичність набуває значення психологічного ресурсу, який забезпечує відчуття цілісності, стабільності та смислової визначеності особистості.

Процес реабілітації підлітків, які пережили травматичний досвід війни, здійснюється у спеціалізованих закладах, діяльність яких спрямована на

відновлення емоційної рівноваги, довіри та соціальних зв'язків. Водночас виникає потреба у використанні методів, здатних впливати не лише на когнітивний, а й на емоційно-ціннісний і символічний рівні особистості.

В такому контексті особливого значення набуває арт-терапія як ефективний психосоціальний підхід, що поєднує можливості символічного самовираження, опрацювання травматичного досвіду та формування позитивного образу «Я». Дослідженнями її ефективності, в свою чергу, займалися А. Бойко, М. Власюк, Н. Калька, О. Вознесенська, О. Колпакчи та ін.

Арт-терапевтичні методи дозволяють працювати з глибинними рівнями психіки через образ, символ і творчу діяльність, сприяючи емоційній стабілізації, інтеграції досвіду та актуалізації внутрішніх ресурсів. Важливим є також їх потенціал у формуванні відчуття приналежності до культурного простору та зміцненні національної ідентичності.

Таким чином, застосування арт-терапевтичних методів у роботі з підлітками, які мають досвід вимушеного переміщення, є актуальним напрямом соціально-психологічної реабілітації, що сприяє як психоемоційній стабілізації, так і зміцненню цілісності національної ідентичності в умовах сучасних соціальних викликів.

**Мета дослідження:** теоретично обґрунтувати, розробити та апробувати програму арт-терапевтичних занять, спрямовану на зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків, здійснити оцінку її ефективності в межах пілотного дослідження.

**Завдання:**

1. Теоретично дослідити та визначити особливості формування національної ідентичності дітей, травмованих війною, зокрема внутрішньо переміщених підлітків.

2. Проаналізувати та визначити арт-терапевтичні засоби зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків.

3. Розробити та апробувати програму арт-терапевтичних занять для внутрішньо переміщених підлітків, спрямовану на зміцнення їхньої національної ідентичності, та здійснити оцінку її ефективності в межах пілотного дослідження

4. Розробити та підготувати методичний посібник щодо використання арт-терапії в реабілітаційних та освітніх закладах у роботі з підлітками.

**Об'єкт:** становлення національної ідентичності дітей, травмованих війною, зокрема внутрішньо переміщених підлітків.

**Предмет:** арт-терапевтичні засоби як інструмент зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків в умовах пережитого травматичного досвіду.

**Гіпотеза:** Передбачається, що цілеспрямоване використання арт-терапевтичних методів із національно-культурним змістом сприятиме зміцненню національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків, що проявлятиметься у зростанні кількості та значущості національно маркованих характеристик у структурі «Я-концепції», підвищенні рівня емоційно-позитивного ставлення до власної національної належності та зменшенні фрагментарності самоідентифікації та підвищенні її цілісності.

#### **Методи дослідження.**

Для вирішення поставлених завдань були використані такі методи дослідження:

- **теоретичні методи:** аналіз, синтез, узагальнення науково-методологічних джерел та систематизація теоретичного матеріалу;

- **емпіричні методи:** спостереження, групові бесіди, аналіз продуктів діяльності (підліткових арт-терапевтичних робіт); застосування психодіагностичних та проєктивних методик (зокрема проєктивно-вербальної методики «Хто я?» (Kuhn & McPartland, 1954), спрямованої на дослідження структури Я-концепції та ідентичності та проєктивної методики «Географія візуальних образів» (Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017), спрямована на дослідження глибинних уявлень, ціннісних орієнтацій та емоційно-сміслових

конструктів особистості через створення символічного візуального образу);  
пілотне дослідження з елементами формувального впливу;

- **методи кількісного та якісного аналізу:** обробка результатів (визначення динаміки показників, порівняння даних до та після впливу) та якісний аналіз (інтерпретація змісту самохарактеристик, візуальних образів, рефлексивних висловлювань);

- **методи математико-статистичної обробки даних:** розрахунок середніх значень показників (зокрема, середньої кількості самохарактеристик за методикою «Хто я?»), визначення індивідуальних змін (порівняння показників кожного респондента на констатувальному та контрольному етапах: зміна кількості самохарактеристик, поява або відсутність національно маркованих характеристик, зміна їх рангу та емоційного забарвлення), обчислення відсоткового розподілу отриманих результатів (зокрема, співвідношення об'єктивних та суб'єктивних самовизначень як індикатора зовнішньої та/або внутрішньої орієнтації ідентичності; частки національно маркованих характеристик; частки позитивно забарвлених самоописів; проявів фрагментарності та невизначеності «Я-концепції»), а також їх порівняння на констатувальному і контрольному етапах дослідження з метою виявлення динаміки змін у структурі ідентичності під впливом арт-терапевтичної програми;

- **стратегія забезпечення достовірності результатів:** триангуляція даних (зіставлення результатів, отриманих за різними методами: психодіагностичними, проєктивними та спостереженням).

Теоретична модель дослідження базується на інтеграції наступних теоретико-методологічних підходів:

- психосоціальний підхід (Е. Erikson) – розглядає ідентичність як динамічний процес становлення «Я» у взаємодії особистості й соціального середовища; дозволяє осмислювати підлітковий вік як сенситивний період формування національної ідентичності;

- особистісно орієнтований та суб'єктно-діяльнісний підхід (О. Чуйко) – ґрунтується на розумінні ідентичності як такої, що формується не спонтанно, а в умовах цілеспрямовано організованого соціально-психологічного середовища; акцентує розвиток рефлексії, суб'єктності, ціннісно-сислової сфери та активної участі підлітка в конструюванні власної ідентичності;

- аксіологічний та соціокультурний підхід (І. Бех, Журба та ін.) – підкреслює роль цінностей, культурних смислів, символів, історичної пам'яті й почуття належності у процесі зміцнення національної ідентичності;

- ресурсно-орієнтований і травмоінформований підхід (О. Вознесенська, Н. Калька, М. Бриль та ін.) – орієнтує на актуалізацію внутрішніх ресурсів особистості, безпечно опрацювання складного досвіду, зміцнення резильєнтності та використання арт-терапії як ресурсу відновлення;

- символіко-інтерпретативний підхід (С. Jung) – розглядає символ і творчу діяльність як механізм інтеграції досвіду, смислотворення та формування цілісного образу «Я», що обґрунтовує застосування арт-терапевтичних засобів у роботі з ідентичністю;

- теоретико-методологічні засади соціальної реабілітації (О. Чуйко) – визначають соціальну реабілітацію як комплексний процес підтримки, відновлення та розвитку особистості через поєднання психосоціальної допомоги, середовищного впливу та культурно-ресурсних практик.

**Етичні засади виконання роботи включають:** дотримання принципів конфіденційності та анонімності персональних даних, добровільної інформованої згоди учасників, поваги до гідності та автономії особистості. Використання арт-терапевтичних методів здійснювалося з урахуванням вікових, індивідуально-психологічних та культурних особливостей підлітків, із дотриманням принципів толерантності, гуманізму, недирективності та травмоінформованого підходу з метою мінімізації ризику ретравматизації та створення безпечного середовища.

**Експериментальна база дослідження:** Київський фаховий бізнес-коледж Європейського університету Святошинського р-ну.

## **Апробація результатів дослідження.**

Апробація матеріалів відбулася на V Всеукраїнському Форумі із міжнародною участю «Дитина у тривожному середовищі: розвивальні і відновлювальні практики», який відбувся 30–31 травня 2025 року.

За результатами дослідження опубліковано:

1. Чуйко О.В., Ніколаєвська В.О. (2025). Арт-терапевтичні засоби розвитку резильєнтності в роботі соціального педагога з дітьми молодшого шкільного віку. *Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Наука, освіта і суспільство: нові дослідження та перспективи»* (Aarhus, Denmark, January 31, 2025). 68-71.

2. Чуйко О., Ніколаєвська В. (2025). Формування національної ідентичності учнівської молоді засобами арт-терапії. *Дитина в тривожному середовищі: розвивальні і відновлювальні практики: Збірник тез V Всеукр. форуму за міжнар. участі (Київ, 30 – 31.05.2025 р.) / за ред. О. Чуйко. Київ: Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка. 188- 192.*

**Структура роботи.** Магістерська кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Список використаних джерел містить 80 найменувань.

Основний зміст дипломної роботи викладено на 80 сторінках. Загальний обсяг становить 114 сторінок. Робота містить 13 рисунків та 8 додатків.

# РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ

## 1.1. Зміст поняття «національна ідентичність» та його характеристика

З метою визначення сутності національної ідентичності доцільно спершу звернутися до загального поняття ідентичності. Термін «ідентичність» походить від латинського слова «*indenticus*», що означає «ототожнений» та/або «однаковий». У науковому дискурсі ідентичність розглядається як багатовимірне явище, що охоплює психологічні, соціальні, культурні та комунікативні аспекти (Матузкова, 2014).

У широкому розумінні ідентичність трактується як усвідомлення індивідом власної належності до певної соціальної, культурної або етнічної групи, що допомагає йому визначати своє місце в соціальному середовищі та орієнтуватися у складному соціокультурному просторі (Косович, 2019).

В свою чергу, засновником концепту ідентичності вважається американський дослідник та психолог Erikson, який визначив еґо-ідентичність як психосоціальний феномен, що формується в результаті взаємодії внутрішніх особистісних конфліктів та соціального оточення, зокрема впливу однолітків (Erikson, 1950). Він підкреслював, що ідентичність змінюється разом із особистістю у процесі її розвитку, а її становлення є критично важливим для формування зрілої особистості.

Ідентичність в науковому просторі прийнято вважати базовою характеристикою особистості, що полягає в усвідомленні і збереженні почуття цілісності та самототожності попри зовнішні зміни (Левченко, 2016). В її структуру включають особистісний і соціальний рівні, що відображають глибину самовизначення індивіда (Лукаsevич, 2020).

Сучасні дослідники нині розглядають ідентичність як інтегративне утворення, що охоплює ментальні, культурні, соціальні та мовні компоненти. Вона

формується впродовж усього життя індивіда під впливом безперервної взаємодії з соціальним середовищем і є результатом поєднання досвіду, цінностей та емоційного переживання стабільності (Герегова & Іванчук, 2024).

Особливо важливим періодом для формування ідентичності є підлітковий і юнацький вік – від 11 до 20 років: саме в цей час відбувається активне конструювання власного «Я», узагальнення знань про себе, осмислення минулого досвіду та формування уявлень про майбутнє. У цей період підліток має подолати конфлікт між ідентифікацією з усталеними ролями та ризиком змішування ідентичностей, що, згідно з Erikson, є необхідною умовою для набуття внутрішньої цілісності (Erikson, 1950).

Нація, як форма соціальної організації, створює унікальні умови для формування і підтримки ідентичності своїх членів. Вона забезпечується взаємодією соціальних груп, інституцій, громадських організацій і держави, які спільно сприяють її збереженню та розвитку. Національна спільнота, сформована у процесі історичного та культурного розвитку, функціонує завдяки нормам поведінки, мовній єдності, традиціям і соціальним практикам, які зміцнюють відчуття належності до певної нації. У контексті національного буття ключовим індикатором ідентичності виступає національна свідомість, яка включає в себе такі компоненти, як інтереси, потреби, ціннісні орієнтації, установки, емоції, стереотипи, звичаї й традиції, які проявляються в повсякденному житті членів національної спільноти (Чернуха, 2020). Саме через усвідомлення своєї національної приналежності індивід інтегрується в соціокультурний простір нації.

Згідно із визначенням О. Стегнія, вміщеним у Енциклопедії сучасної України, національна ідентичність розуміється як усвідомлене ототожнення особистості з певною національною спільнотою, що ґрунтується на стійкому емоційному зв'язку, який формується через засвоєння та прийняття уявлень щодо національних традицій, мови, культурних особливостей, політичних орієнтирів, а також через інтеграцію індивіда у систему колективних норм і цінностей. Центральним елементом національної ідентичності виступає національна свідомість, що, за

своїм змістом, охоплює сферу ідей, культурних смислів та цінностей, і що є значущими й поділяються більшістю членів суспільства. Водночас національна ідентичність є динамічною категорією, яка формується під впливом історичних, політичних, соціальних та економічних умов і відіграє важливу роль у процесі самовизначення особистості (О. Стегній, 2020).

П. Горінов та Р. Драпушко трактують національну ідентичність як багаторівневу систему, що включає в себе усвідомлення особою своєї приналежності до нації, держави, суспільства, системи цінностей, традицій, мови та психології певної культурної спільноти в конкретний історичний період (Горінов & Драпушко, 2022). Вона описується як динамічний процес самоусвідомлення українцями своїх ментальних характеристик, зокрема свободи, гідності, самопожертви, а також як результат інтеграції культури, мови, державності, духовності та почуття спільності (Гомон & Білецька, 2024; Бориславська, 2023; Van Bavel et al., 2022).

На думку О. Бойко, національна ідентичність є інтегративним соціально-психологічним утворенням, що відображає усвідомлення особистістю своєї належності до нації та прийняття її історико-культурної спадщини, мови, символів і цінностей. Вона формується в процесі соціалізації та вбудовується у ціннісно-сміслову структуру особистості, водночас набуваючи функції внутрішнього ресурсу стійкості (Бойко, 2025).

У свою чергу, Riedel підкреслює, що ідентичність українців значною мірою формується не на основі персонального досвіду мови, а у зв'язку з історичними та соціокультурними контекстами, у яких вони народились (Riedel, 2022).

Г. Залізник доводить, що важливим чинником української національної ідентичності є не лише мова повсякденного спілкування, а насамперед визначення української як рідної (Залізник, 2023). За даними дослідження Eras (2024), до повномасштабного вторгнення РФ основою ідентичності українців були громадянство, місце народження, проживання, а не мова (Eras, 2024), тому в

науковому колі сьогодні виникають деякі суперечності щодо мовного контексту в процесі формування та зміцнення національної ідентичності.

Однак, на нашу думку, мовний фактор є невід'ємною частиною національної ідентичності, особливо у підлітковому віці, коли відбувається активний процес соціального самовизначення. Мовна поведінка підлітків формується під впливом соціальних умов, статусу мови та стереотипів, пов'язаних із нею. Вибір мови детермінований усвідомленням соціальних контекстів, яке розвивається поступово (Fantini, 1987), а перемикання мов стає характерною комунікативною стратегією сучасної молоді.

Мовна поведінка українських підлітків, в свою чергу, сьогодні формується на перетині соціальних змін, війни, постколоніального досвіду та культурної трансформації, а вимушений українсько-російський білінгвізм, що посилюється в умовах війни, ускладнює становлення ідентичності підлітків (Байдарова, 2025).

На думку О. Шевченко, національна ідентичність формується як суб'єктивне відчуття належності до національної спільноти, що виражається у прийнятті культурних норм та «Я-образі особистості» як частини певної нації (Шевченко, 2005).

Т. Андрусяк акцентує на тому, що національна ідентичність є результатом когнітивного, емоційного та ціннісного осмислення себе як частини громадянської спільноти. Вона реалізується через певні типи ідентифікаційної поведінки та прийняття ролі повноцінного члена національного суспільства. Її формування зумовлюється як об'єктивними, так і суб'єктивними чинниками, серед яких важливу роль відіграють історичні обставини, політична стабільність і соціокультурна динаміка (Андрусяк, 2023).

В цей же час науковці зазначають, що національна свідомість також ідентифікується як невіддільна складова національної ідентичності (Kanishevskaya & Potarchuk, 2020). На підтвердження цьому О. Попов зазначив, що національна ідентичність – це глибоке внутрішнє відчуття, яке часто не усвідомлюється у стабільних умовах, однак активізується в умовах загрози (Попов, 1993). О.

Матвієнко і Н. Силенко, в свою чергу, підкреслюють роль таких факторів, як патріотизм, моральна стійкість, людяність і толерантність у формуванні національної ідентичності (Матвієнко & Силенко, 2022).

Зарубіжні дослідники акцентують увагу на вагомості національної ідентичності в суспільному розвитку. Зокрема, Фукуяама вважає, що «національна ідентичність не тільки підвищує фізичну безпеку, але й надихає на ефективне управління; сприяє економічному розвитку; зміцнює довіру громадян; створює підтримку міцних мереж соціального захисту; і зрештою робить можливою саму ліберальну демократію» (Фукуяама, 2018).

У контексті глобальної безпеки та демократичного розвитку національна ідентичність виступає чинником стабільності та поступу.

У Законі України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності» від 13 грудня 2022 року № 2834-IX національну українську ідентичність визначено як стійке усвідомлення особистістю своєї належності до української нації. Ця належність базується на відчутті єдності з унікальною спільнотою, яку об'єднують спільна назва, національні символи, географічне та етносоціальне коріння, спільна історична пам'ять, а також система духовно-культурних цінностей, включаючи українську мову та народні традиції. Закон посилює орієнтацію освітньої системи на реалізацію пріоритетних завдань, що відповідають сучасним суспільним запитам (Закон України, 2022). Зокрема, йдеться про виховання молоді з чіткою громадянською позицією, високим рівнем національної свідомості та готовністю захищати Батьківщину. Важливими орієнтирами для формування та зміцнення національної ідентичності підростаючого покоління виступають також документи ЮНЕСКО, які наголошують на значенні культурної спадщини як для окремої людини, так і для всього людства. У них підкреслюється важливість збереження культурного розмаїття, підтримки форм самовираження та розвитку міжкультурного діалогу (Дячук & Ситнікова, 2023).

Таким чином, національну ідентичність можна визначити як інтегральний багатовимірний феномен, що охоплює усвідомлення особистістю своєї належності до національної спільноти через засвоєння мови, культури, традицій, історичної пам'яті, системи цінностей, норм, символів і практик громадянської участі.

Вона формується під впливом соціокультурного середовища, історичних обставин, освітніх інституцій, родинного виховання та масової комунікації, водночас залишаючись глибоко особистісним переживанням, пов'язаним із самоідентифікацією та внутрішнім прийняттям власної національної приналежності.

Національна ідентичність є динамічною і контекстуальною характеристикою, що може змінюватися або актуалізовуватися під впливом зовнішніх викликів, зокрема кризових подій, збройних конфліктів чи інформаційних впливів. Саме в умовах загроз, на нашу думку, вона часто набуває характеру психологічного ресурсу, що сприяє згуртованості, стійкості, соціальній солідарності та здатності до мобілізації суспільства.

Національна ідентичність охоплює широкий спектр як індивідуальних, так і колективних зв'язків, заснованих на спільних історичних уявленнях, культурних традиціях та цінностях, що формують уявлення про національну спільноту, забезпечуючи можливість людини ототожнювати себе з певним колом осіб, яке має спільну історію, мову, культурні коди та символічну пам'ять. З огляду на це, національна ідентичність виступає вагомим чинником, що визначає поведінку індивіда (Герегова & Іванчук, 2024).

Американська дослідниця Greenfield вважає, що сучасне розуміння національної ідентичності ґрунтується на ідеї належності до «народу», який визнається «нацією». Вона виокремлює п'ять основних характеристик цього феномену: переконання членів спільноти у спільності свого існування; усвідомлення спільного історичного минулого та колективного бачення майбутнього; активна участь у спільних діях; постійне проживання в межах однієї

держави та спільний національний характер, що формує культурну єдність (Greenfield, 1994).

В свою чергу, вітчизняними дослідниками національна ідентичність розглядається як результат усвідомленого вибору, що залежить від раціональних чинників, таких як цінності, історичні знання, громадянські переконання та політична орієнтація. На їхню думку, джерелами національної ідентичності є переконання у належності до певної нації, спільний досвід минулого, активна взаємодія в межах національної спільноти, територіальна спільність, уявлення про національний характер та загальну культуру (Смовженко & Скринник, 2015).

Розглядаючи структуру національної ідентичності, О. Бичко пропонує розглядати національну ідентичність як поєднання когнітивного компонента (знання про націю, спільне походження, історичну тяглість, символи й традиції) та афективного, що охоплює емоційне ставлення, почуття гордості й значущості приналежності (Бичко, 2007).

Подібний підхід пропонує О. Стегній, виокремлюючи когнітивний, емоційний і поведінковий блоки, які охоплюють знання, переживання та дії, узгоджені з національними цінностями (Стегній, 2020).

Є. Головаха наголошує на важливості ставлення до минулого, сучасного й майбутнього нації, зауважуючи, що події останніх років посилили консолідацію українців (Головаха, 2021).

На думку М. Козловця, національна ідентичність є багаторівневою структурою, що поєднує історико-культурну тяглість із її повсякденним практичним виявом у соціальній взаємодії (Козловець, 2011).

Отже, національна ідентичність є складним, багаторівневим феноменом, який включає як когнітивні знання, так і емоційно-ціннісні орієнтації, та виявляється у практичній поведінці особистості в контексті національної спільноти.

Для підлітків, як представників покоління, що формує майбутній світогляд нації, усвідомлення національної ідентичності є не лише елементом особистісного розвитку, а й чинником національного самозбереження. Водночас, важливо

враховувати, що національна ідентичність не є статичною, вона постійно перебуває в динаміці, тобто, трансформується під впливом суспільно-політичних умов, освітнього середовища, медіаполя та особистісного досвіду. Саме тому важливим завданням сучасності є сприяння формуванню стійкої, позитивної, дієвої національної ідентичності у молоді.

Таким чином, можемо визначити, що в структуру національної ідентичності підлітків можуть входити наступний ряд компонентів: когнітивний, емоційно-ціннісний, мотиваційно-поведінковий, соціально-комунікативний та рефлексивно-оцінний компоненти (див. Рис. 1.1).

Когнітивний компонент охоплює знання про історію, культуру, мову, традиції, національні символи та визначних діячів українського народу. Також до цього компоненту належить уявлення про географію, політичний устрій держави та місце України у глобальному контексті. Наявність таких знань забезпечує раціональне усвідомлення належності до національної спільноти та формує основи для подальшого розвитку ідентичності.

Емоційно-ціннісний компонент виражається у позитивному емоційному ставленні до власної національності, почутті гордості за належність до українського народу, емоційному прийнятті національних традицій, мови, культури. Цей компонент формує ціннісну мотивацію, патріотичні почуття та внутрішню готовність діяти в інтересах своєї держави (див. Рис. 1.1).

Мотиваційно-поведінковий компонент виявляється у практичній готовності до прояву національної ідентичності через поведінку, що може проявлятися у постійному використанні української мови в повсякденному житті, участі у культурних, просвітницьких та громадських заходах, дотриманні традицій, соціальній активності та вияві громадянської відповідальності. Він трансформує внутрішню ідентичність у конкретну дію.

Соціально-комунікативний компонент передбачає відчуття належності до українського народу, позитивну ідентифікацію з національною спільнотою, здатність до діалогу та взаємодії з представниками інших культур на основі

взаємної поваги. Цей компонент забезпечує ефективну інтеграцію особистості в соціум, водночас підтримуючи її національну своєрідність (див. Рис. 1.1).

Рефлексивно-оцінний компонент, в свою чергу, передбачає усвідомлення власної ідентичності як українця чи українки, здатність критично осмислювати зв'язок між власними цінностями та національними ідеями, а також переосмислювати національну ідентичність у відповідь на соціальні виклики та зміни. Саме цей компонент забезпечує гнучкість, розвиток і стабільність національної ідентичності в динамічному сучасному світі (див. Рис. 1.1).



*Рис. 1.1. Структурні компоненти національної ідентичності підлітків*

Таким чином, структурні компоненти національної ідентичності підлітків утворюють єдину взаємопов'язану систему, розвиток якої відбувається у процесі особистісного переживання, соціальної взаємодії та рефлексії власного досвіду, що зумовлює необхідність застосування таких соціально-педагогічних, психологічних та соціально-реабілітаційних підходів, які дозволяють впливати не лише на когнітивний рівень засвоєння знань, а й на емоційно-ціннісну, поведінкову та рефлексивну сфери підлітків.

## **1.2. Вікові особливості формування національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків**

Формування національної ідентичності є частиною загального процесу становлення особистості та охоплює перехід від невизначеності до зрілої ідентичності. Воно починається ще в дитячому віці під впливом соціального середовища, сім'ї, друзів, ровесників, культурних цінностей і власного життєвого досвіду, а далі продовжується протягом усього процесу соціалізації (Журба et al., 2024).

Невизначеність, в свою чергу, може призводити до кризи ідентичності, що проявляється у відчуженні або тяжінні до негативних моделей самоідентифікації. Водночас кризові переживання здатні стати джерелом внутрішньої сили та формування вірності, зокрема здатності зберігати цінності й переконання в умовах випробувань, що є ознакою зрілої ідентичності (Герегова & Іванчук, 2024).

Сучасне формування національної ідентичності підлітків відбувається в умовах одночасного впливу глобалізації, війни та прагнення до збереження автентичності. Серед чинників, що ускладнюють цей процес, виокремлюють залишки радянських моделей, криза суспільних орієнтирів та відрив частини населення від національного підґрунтя (Бех et al., 2019).

У підлітковому віці, в свою чергу, відбувається активне конструювання власного світогляду, моральних орієнтирів та усвідомлення етнокультурної належності. Підлітки починають усвідомлювати межі між «своїми» та «іншими», порівнювати культурні зразки, інтерпретувати національні символи та інтегрувати їх у структуру власної Я-концепції.

У концепції І. Беха та Журби національно-культурна ідентичність розглядається як емоційно-сміслові переживання причетності до українського народу та формування національної Я-концепції, що забезпечує прийняття моральних цінностей і громадянської відповідальності. Водночас ціннісна складова ідентичності має динамічний характер і трансформується в процесі морального зростання особистості (Бех & Журба, 2017).

Для підлітків з числа внутрішньо переміщених осіб цей процес ускладнюється досвідом вимушеної зміни соціокультурного середовища, що супроводжується порушенням звичних соціальних зв'язків, втратою відчуття стабільності та необхідністю адаптації до нових умов життя. У таких обставинах підлітки змушені переосмислювати власну ідентичність, інтегруючи попередній досвід із новими соціальними та культурними реаліями. З огляду на це особливої ваги набуває положення О. Чуйко про те, що становлення ідентичності та особистісної зрілості не є автоматичним наслідком вікового розвитку, а формується в умовах цілеспрямовано організованого соціально-психологічного середовища, яке стимулює розвиток ціннісно-сислової сфери, рефлексії та усвідомленої «Я-концепції» (Чуйко, 2021).

У контексті вимушеного переміщення це означає, що сама зміна середовища не забезпечує формування цілісної ідентичності без належної психологічної та соціальної підтримки.

З позицій аналітичної психології Jung, процес становлення ідентичності можна розглядати як частину індивідуації, зокрема поступового інтегрування особистістю різних аспектів свого досвіду у цілісну структуру власного образу себе (Jung, 1951), що є особливо актуальним для внутрішньо переміщених підлітків, для яких процес інтеграції досвіду переміщення стає важливою умовою відновлення цілісності «Я-образу» та формування стійкої ідентичності.

У сучасних умовах війни, глобалізації та інформаційного впливу формування національної ідентичності підлітків відбувається на перетині кількох векторів: збереження автентичності, відкритості до міжкультурного діалогу та протидії деструктивним ідеологічним впливам (Бойко, 2022).

Для підлітків, що пережили досвід вимушеного переміщення, важливим чинником стає подолання почуття втрати звичного середовища, порушення відчуття приналежності та можливого соціального відчуження у новій спільноті. Досвід переміщення, в свою чергу, може супроводжуватися переживанням

«розірваності» між попереднім і теперішнім життєвим простором, що ускладнює формування цілісної та стабільної ідентичності.

Отже, формування національної ідентичності підлітків є багатовимірним процесом, що розгортається на перетині особистісного розвитку, соціального середовища та культурно-історичного контексту.

У підлітковому віці цей процес набуває особливої інтенсивності, адже саме в цей період активно формуються світоглядні орієнтири, моральні позиції та етнокультурні уявлення.

Підлітки починають усвідомлювати власну належність до національної спільноти, розрізняти «своє» і «чуже», інтерпретувати національні символи та традиції, вибудовуючи на цій основі цілісну національну Я-концепцію, що ґрунтується на самоповазі, почутті гідності та громадянській відповідальності.

З урахуванням вікових особливостей підлітків, психологічних механізмів становлення особистості та специфіки сучасних соціокультурних викликів, зокрема досвіду вимушеного переміщення, доцільно виокремити основні компоненти формування національної ідентичності (див. Рис. 1.2). До них належать:

- ідентифікаційний компонент, що відображає усвідомлення себе як представника національної спільноти та здатність до розрізнення «своїх» і «інших»;

- культурно-пізнавальний компонент, який передбачає сформованість знань про історію, культуру, традиції українського народу та їх осмислення в порівнянні з іншими культурами;

- ціннісно-мотиваційний компонент, що характеризується прийняттям національних цінностей, емоційною значущістю належності до нації та прагненням до збереження й трансляції культурних надбань;

- конативно-поведінковий компонент, який проявляється у практичній реалізації національної ідентичності через мовну поведінку, громадянську

активність, участь у культурному житті та готовність протидіяти деструктивним впливам (див. Рис. 1.2).

Відповідно до визначених компонентів було окреслено критерії сформованості національної ідентичності підлітків. Зокрема, когнітивний критерій відображає обсяг і системність знань про Україну, її історію, культуру, значення національних символів і мови; емоційно-ціннісний критерій характеризує рівень сформованості почуття належності до українського народу, прийняття національних цінностей і емоційної прив'язаності до Батьківщини; конативний критерій визначає поведінкові прояви ідентичності, зокрема мотивацію до участі у соціокультурних практиках, використання української мови та реалізацію громадянської позиції (див. Рис. 1.2).

| Компоненти та критерії формування національної ідентичності підлітків |  |   |
|---|--|---|
| Компоненти  | Показники  | Критерії  |
| Ідентифікаційний  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- усвідомлення себе як представника українського народу;</li> <li>- розрізнення «своїх» та «інших»;</li> <li>- емоційно-змістова відчуття належності</li> </ul>   | <p><b><u>Емоційно-ціннісний</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- почуття належності до українського народу;</li> <li>- прийняття національних цінностей;</li> <li>- емоційна прив'язаність до рідного краю та Батьківщини.</li> </ul>   |
| Ціннісно-мотиваційний компонент                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- прийняття національних цінностей (гідність, свобода, відповідальність);</li> <li>- повага до представників інших націй та готовність до міжкультурного діалогу;</li> <li>- мотивація зберігати й передавати українські культурні надбання</li> </ul>                          |   |
| Культурно-пізнавальний компонент                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- знання про історію, культуру, традиції, символіку;</li> <li>- розуміння унікальності української культури у порівнянні з іншими;</li> <li>- осмислення значення мови як маркера ідентичності</li> </ul>   | <p><b><u>Когнітивний критерій</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обсяг і системність знань про Україну, її історію, культуру;</li> <li>- усвідомлення значення національних символів та української мови</li> </ul>                   |
| Конативно-поведінковий компонент                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- практичне застосування національних цінностей у поведінці;</li> <li>- громадянська активність, волонтерство, соціальна участь;</li> <li>- використання української мови у повсякденному спілкуванні;</li> <li>- готовність протидіяти ворожим ідеологічним впливам</li> </ul> | <p><b><u>Конативний критерій</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- участь у громадських, патріотичних, культурних ініціативах;</li> <li>- використання української мови;</li> <li>- поведінкові прояви громадянської позиції.</li> </ul> |

Рис. 1.2. Компоненти та критерії формування національної ідентичності підліткового віку

Таким чином, вікові особливості формування національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків зумовлені поєднанням нормативної кризи підліткового віку з досвідом вимушеного переміщення, соціокультурної дезадаптації та необхідності повторної інтеграції в нове середовище. У цих умовах національна ідентичність може набувати як стабілізуючого, так і фрагментарного характеру, що значною мірою залежить від якості соціально-психологічного середовища та наявності підтримки. Її формування і зміцнення не є автоматичним результатом вікового розвитку, а потребує цілеспрямованого впливу, спрямованого на розвиток рефлексії, ціннісно-сміслової інтеграції та формування цілісної національної Я-концепції.

### **1.3. Арт-терапія як інструмент зміцнення національної ідентичності в реабілітаційних закладах**

Створюючи символічний образ, за Jung, особистість не просто відтворює зовнішній об'єкт, а здійснює процес внутрішньої інтеграції досвіду, смислів і переживань. У цьому контексті символ розглядається як форма прояву глибинних шарів психіки, що поєднує свідоме та несвідоме в цілісній структурі «Я-цілісності». Jung підкреслював, що символ має трансформаційну функцію: він дозволяє опосередковано виразити внутрішній конфлікт, травматичний досвід або невизначеність і водночас сприяє їх осмисленню (Jung, 1951).

У цьому сенсі творча діяльність виступає механізмом індивідуації – процесу становлення цілісної особистості через інтеграцію різних аспектів «Я». Для підлітків, які перебувають у стані ідентифікаційного пошуку та пережили досвід вимушеного переміщення, символічне вираження може виступати безпечним способом актуалізації особистісно значущих смислів, опрацювання травматичного досвіду та реконструкції відчуття належності до української спільноти (Вознесенська et al., 2023).

Через створення символічних образів (національних, культурних, особистісних) підліток отримує можливість інтегрувати свій досвід, переосмислити ідентичність та зміцнити внутрішню цілісність (Бедіченко & Раєвська, 2024). Саме тому арт-терапія може виступати посередником між особистим і колективним досвідом і, в свою чергу, сприяти зміцненню національної ідентичності.

Арт-терапія (від лат. *ars* – мистецтво та грец. *therapeia* – лікування) розглядається як форма психотерапевтичного впливу, заснована на використанні мистецтва як засобу зцілення. Вона вважається одним із найбільш делікатних, але водночас результативних підходів, які активно застосовуються фахівцями у галузі психології, соціальної роботи, психотерапії, а також педагогіки, зокрема корекційної та соціальної (Олійник, 2018).

За визначенням Є. Вознесенської, арт-терапія трактується як процес гармонізації внутрішнього світу людини через творче самовираження (Вознесенська, 2014).

О. Титаренко у свою чергу акцентує увагу на арт-терапії як на комплексі засобів і методів реабілітації, що реалізуються через художню діяльність (Титаренко, 2015).

Розглянемо приклади традиційних форм та методів арт-терапії. Одним із найбільш поширених методів є терапія мистецтвом (відома також як «ізотерапія»), що передбачає тематичне або спонтанне малювання. Така діяльність дозволяє вільно передавати емоції, внутрішні конфлікти та особисті переживання через образи, кольори та символи. Малювання сприяє зняттю напруги, формуванню навичок саморегуляції та розвитку здатності до емоційної рефлексії (Калька & Ковальчук, 2020).

З метою зміцнення національної ідентичності, метод може бути спрямований на створення малюнків із символами української культури (прапор, тризуб, калина, історичні постаті), що сприяє закріпленню культурного коду на емоційно-образному рівні.

Казкотерапія виступає методом, орієнтованим на особистісну інтеграцію, розвиток творчості та подолання внутрішніх конфліктів. Завдяки символам, метафорам і сюжетам терапевтична казка дозволяє ідентифікувати себе з героєм, опрацьовувати страхи та набувати нових моделей поведінки. Особливістю цього методу є його спрямованість на індивідуальний досвід дитини (Калька & Ковальчук, 2020; Тараріна, 2018).

У зміцненні національної ідентичності казкотерапія може зосереджуватися на українських народних казках, легендах і оповідях, що дозволяє інтегрувати національні цінності через героїв, їхню моральну позицію та зв'язок із культурною традицією.

Глинотерапія як пластичний вид арт-терапії сприяє сенсорній активності, самовираженню та вивільненню пригнічених емоцій. Робота з глиною допомагає

подолати страх перед творчим проявом, формує позитивне ставлення до себе та підтримує особистісну стабільність у дітей із травматичним досвідом (Калька & Одинцова, 2023).

Для розвитку національної ідентичності глиноterapia може бути спрямована на створення символічних предметів української культурної спадщини: глиняних оберегів, моделей традиційних хат, козацьких атрибутів, елементів орнаменту тощо, а врахування походження видів і сортів глини з різних областей України може поглиблювати зв'язок зі своєю культурою та корінням, формувати відчуття належності до спільної історико-культурної традиції та зміцнювати національну ідентичність.

Лялькотерапія, як ще один метод арт-терапії, базується на драматизації з використанням ляльок і дозволяє дитині досліджувати власні мотиви, поведінку та несвідомі потреби. У роботі з ляльковими сюжетами дитина ідентифікується з героями, набуває навичок вирішення конфліктів, розвиває гнучкість мислення й емоційну стійкість (Вознесенська, 2018).

У контексті національної ідентичності особливе значення має створення українських народних ляльок-мотанок, що дозволяє засвоювати символіку роду, традиції та культурні смисли, пов'язані з українською жіночою та родинною спадщиною.

Створення власних ляльок-мотанок, які є сакральними символами жіночої сили, захисту й зв'язку з родовими традиціями дозволяє не лише активізувати процес ідентифікації, а й забезпечує символічне відтворення зв'язку з культурною спадщиною, надаючи глибшого значення поняттям «рід», «Батьківщина», «традиція» та «цінність». Тобто, мотанки, виконують не лише терапевтичну, але й ідентифікаційну функцію, сприяючи переосмисленню власного місця у світі та відчуттю захищеності (Бриль, 2024).

Колажування сприяє розвитку прогностичного мислення, творчої уяви та фантазії, а процес візуалізації бажань активізує підсвідомі ресурси особистості. Як арт-терапевтичний метод, колаж ґрунтується на комбінуванні різноманітних

візуальних матеріалів – фотографій, зображень, символів, текстових фрагментів, вирізок із друкованих джерел та власних малюнків (Мірошниченко, 2024).

Формуючи візуальний образ своєї культурної ідентичності за допомогою візуальних символів, зображень національних символів (прапор, вишиванка, калина, герб), вирізок з газет, уривків віршів та власних малюнків, підлітки можуть створити цілісний образ себе та власної культурної належності за рахунок вільного поєднання змістів, що мають особистісне й національно-культурне значення.

У контексті зміцнення національної ідентичності підлітків цей метод може бути використаний для створення персонального «візуального паспорта національної приналежності». Це може бути колаж, у якому підліток відображає своє індивідуальне бачення України, її цінностей, символів, культурних маркерів та власного місця у національній спільноті. Завдяки цьому колажування стає не лише творчою практикою, а й інструментом самопізнання та осмислення власної ідентичності.

Сьогодні арт-терапевтичне поле наповнене різними методами та творчими технологіями, які можна застосовувати в терапевтичному процесі. Наприклад, вишивка, як традиційне ремесло, що поєднує матеріали, голку та нитку, перетворюється на потужний інструмент терапевтичної практики. На особистісному рівні процес вишивки сприяє самозв'язку й формуванню ідентичності, надає можливість виражати замовчувані чи складні переживання через нитки та візерунки, інтегруючи контрастні емоції – контроль і свободу, минуле й майбутнє (Wolk & Bat Or, 2025).

Культурно-соціальний вимір вишивки охоплює передачу символіки, історію та наративів та послань, що закарбовані в орнаментах (Long, 2016), тому вишивка особливо важлива в українському контексті: орнаменти на українських вишиванках несуть глибокий символічний важіль, пов'язаний із національною пам'яттю, родом і захистом (Тітор & Шостак, 2023).

Через включення традиційної вишивки в терапевтичні практики можна не лише сприяти емоційному відновленню, а й укріплювати почуття культурної приналежності.

Також до нетрадиційних методів арт-терапії, які можуть бути ефективно інтегровані в процес зміцнення національної ідентичності підлітків, належать різноманітні етнокультурні та матеріально-орієнтовані техніки. До них, зокрема, відноситься створення мандал – орнаментальних композицій, що сприяють концентрації та інтроспекції та можуть бути наповнені українськими символами, елементами орнаменту чи регіональними мотивами (Калька et al., 2021).

У цьому контексті особливе значення мають практики виготовлення прикрас, малюнків чи декоративних елементів із використанням квітів та символів, характерних для різних областей України. Важливим інструментом також є вишивання хрестиком та оздоблення виробів традиційними орнаментами, що дозволяє відтворювати автентичні культурні коди у власному творчому продукті. Не менш значущою є техніка валяння вовни, яка має давні традиції на українських землях і сприяє створенню символічних м'яких іграшок або оберегів, які закріплюють відчуття культурної спадкоємності.

До нетрадиційних арт-терапевтичних практик також можемо віднести створення традиційної атрибутики, зокрема віночків, що уособлюють зв'язок із родинними та етнічними традиціями.

Окремої уваги заслуговує напрямок петриківського розпису – унікальна українська декоративна техніка, що розвиває образне мислення, чутливість до кольору та композиції, а також формує емоційно-позитивне ставлення до естетики українського мистецтва.

Подібну роль можуть відігравати й інші декоративно-прикладні види творчості: створення символічних оберегів, розпис глини чи дерева, виготовлення моделей традиційного житла або предметів побуту, які дозволяють моделювати простір своєї культури й усвідомлювати власну належність до неї, створення традиційних

масок, пов'язаних із календарними святами (наприклад, образи Маланки чи Кози) задля сприяння розумінню обрядовості тощо.

Всі вищенаведені арт-терапевтичні методи можуть ефективно використовуватися як в індивідуальному, так і в груповому форматі. Групова арт-терапія є особливо цінною для розвитку комунікативних навичок, самооцінки, взаємної підтримки, а також для формування стійкої ідентичності. Вона допомагає учасникам бачити наслідки власної поведінки у соціумі, вчить приймати рішення та адаптуватися до змін. Індивідуальна ж арт-терапія створює умови для глибшого аналізу емоційних переживань, виявлення особистісних труднощів та побудови цілеспрямованої психокорекційної взаємодії (Бойко, 2014).

Інтеграція арт-терапевтичних методів до реабілітаційного та соціально-виховного процесу також можлива через тематичні заходи до державних свят: Дня Соборності України, Дня Незалежності, Дня української державності тощо. Наприклад, у рамках арт-терапевтичного заняття до Дня Прапора можна створити колективний колаж або розпис тканини у стилі петриківки з використанням синьо-жовтої палітри, що не лише має на меті сприяти творчому самовираженню, а й посилити відчуття національної приналежності. Такі заняття можуть бути оформлені у формі проектної діяльності, інсталяцій, художніх виставок, що надає подієвого, символічного та комунікативного значення творчому процесу.

Соціальна реабілітація дітей і підлітків у сучасних умовах розглядається як комплексна, багаторівнева, поетапна й динамічна система взаємопов'язаних дій, спрямованих на відновлення особистості в правах, соціальному статусі, здоров'ї та відчутті власної дієздатності. Її метою є повернення дитини до суспільно корисної діяльності, формування позитивного ставлення до життя, навчання і праці, а також узгодження поведінки із загальноприйнятими соціальними нормами. Методологічними засадами такого процесу виступають ранній початок реабілітаційних заходів, їх неперервність, комплексність та індивідуалізований підхід до визначення змісту й обсягу допомоги (Чуйко, 2017).

У такому контексті реабілітаційних закладів арт-терапія постає не як ізольований психокорекційний метод, а як інтегративний інструмент, що відповідає принципам комплексності, поетапності та індивідуалізації реабілітаційного процесу. Психокорекція здійснюється через різні механізми, зокрема емоційно-регулятивний (зниження тривоги, агресії та внутрішнього напруження через безпечне вираження емоцій у творчій формі), когнітивно-інтегративний механізм (структурування хаотичного досвіду, інтеграція розрізнених уявлень та формування цілісного розуміння подій через створення образів, символів, сюжетів), механізм символізації та опосередкування досвіду, сенсомоторний механізм (активація дрібної моторики, тактильних відчуттів для відновлення відчуття тілесної безпеки), ідентифікаційний механізм (формування позитивної самоідентифікації), культурно-ціннісний механізм (формування відчуття приналежності до культурної спадщини, зміцнення національних цінностей), механізм реконструкції наративу (переосмислення власного досвіду), соціально-комунікативний механізм (згуртування, формування вміння виражати себе та розуміти інших), механізм самопідтримки та відновлення суб'єктності завдяки відновленню відчуття контролю, автономності та здатності впливати на світ (Яновська, 2019).

Таким чином, можемо стверджувати, що арт-терапевтичні методи, розглянуті вище, здатні цілеспрямовано впливати на ключові компоненти національної ідентичності підлітків, зокрема ідентифікаційний, культурно-пізнавальний, ціннісно-мотиваційний та конативно-поведінковий, завдяки роботі з емоціями, символами, культурними смислами та творчим самовираженням. Виявлені механізми арт-терапії (емоційно-регулятивний, когнітивно-інтегративний, сенсомоторний, символічний, ідентифікаційний, культурно-ціннісний та соціально-комунікативний) забезпечують умови для відновлення психологічної цілісності, формування почуття належності, засвоєння культурного коду та розвитку активної громадянської позиції. Пропонуємо інтегрувати ці компоненти,

критерії та механізми зміцнення національної ідентичності підлітків в теоретичну модель (див. Рис. 1.3).

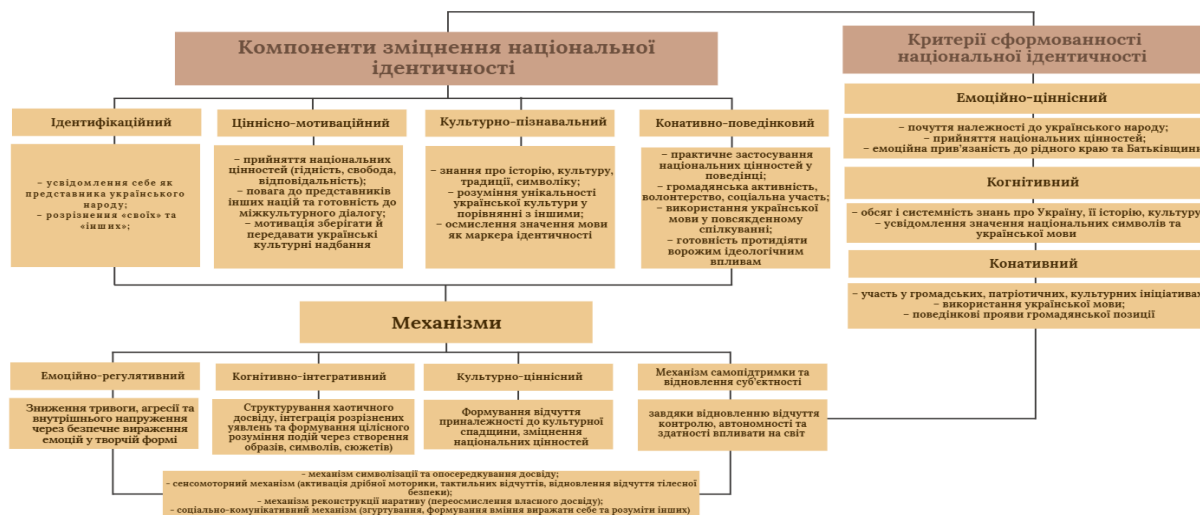


Рис. 1.3. Теоретична модель зміцнення національної ідентичності підлітків засобами арт-терапії

Таким чином, становлення національної ідентичності відбувається не ізольовано, а в процесі емоційної стабілізації, когнітивної інтеграції досвіду, символічного опрацювання травматичних переживань та включення особистості в культурно-ціннісний простір українського суспільства. Згідно запропонованої нами моделі, арт-терапія виступає не лише методом психокорекції, а й засобом відновлення суб'єктності, формування почуття належності та розвитку активної громадянської позиції, що створюватиме умови для гармонійного поєднання психологічного відновлення та національно-ціннісної інтеграції внутрішньо переміщених підлітків.

## Висновки до розділу 1

Теоретично дослідивши та визначивши особливості формування національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків та арт-терапевтичні засоби зміцнення їхньої національної ідентичності, можемо зробити ряд висновків:

1. Національна ідентичність є багатовимірним феноменом, що включає когнітивний, емоційно-ціннісний, мотиваційно-поведінковий, соціально-комунікативний та рефлексивно-оцінний компоненти. Вона формується динамічно, під впливом суспільно-політичних умов, освітнього середовища, медіаполя та особистісного досвіду. Вона виконує не лише соціально-інтегративну функцію, а й виступає важливим ресурсом психологічної стабільності та смислової визначеності особистості.

2. Підлітковий вік є сенситивним періодом для формування національної ідентичності, оскільки саме на цьому етапі відбувається інтенсивне становлення «Я-концепції», ціннісних орієнтацій та почуття належності. Водночас для внутрішньо переміщених підлітків цей процес ускладнюється досвідом вимушеного переміщення, порушенням соціальних зв'язків, необхідністю адаптації до нового середовища та можливими проявами ідентифікаційної невизначеності. У таких умовах національна ідентичність може набувати як стабілізуючого, так і фрагментарного характеру, що залежить від якості соціально-психологічного середовища та наявності підтримки.

3. Визначено, що компонентами формування національної ідентичності в підлітковому віці є наступні: ідентифікаційний, культурно-пізнавальний, ціннісно-мотиваційний та конативно-поведінковий компоненти. Відповідно до них окреслено критерії її сформованості: когнітивний (рівень знань про національну культуру та історію), емоційно-ціннісний (почуття належності та прийняття національних цінностей) та конативний (поведінкові прояви громадянської позиції та національної самореалізації).

4. Арт-терапія виступає ефективним інструментом у зміцненні національної ідентичності, особливо в реабілітаційному процесі дітей та підлітків, які пережили

травматичний досвід, зокрема внаслідок війни переміщення чи втрати. Арт-терапевтичні методи дозволяють працювати з глибинними рівнями психіки, сприяють емоційній стабілізації, розвитку рефлексії та формуванню позитивного образу «Я» у контексті належності до української культури. Серед ефективних засобів арт-терапевтичного впливу виокремлено як традиційні (казкотерапія, глинотерапія, лялькотерапія, колажування), так і культурно орієнтовані практики (петриківський розпис, створення мандал, вишивка, виготовлення оберегів, традиційної атрибутики), які сприяють засвоєнню культурних смислів, символів і цінностей через творчу діяльність.

6. Визначено теоретичну модель зміцнення національної ідентичності підлітків засобами арт-терапії, яка охоплює і враховує ключові компоненти національної ідентичності підлітків, зокрема ідентифікаційний, культурно-пізнавальний, ціннісно-мотиваційний та конативний-поведінковий, критерії сформованості національної ідентичності підлітків (когнітивний, емоційно-ціннісний та конативний критерії) та механізми (емоційно-регулятивний, когнітивно-інтегративний, сенсомоторний, символічний, ідентифікаційний, культурно-ціннісний та соціально-комунікативний), які сприяють формуванню цілісної ідентичності, розвитку почуття належності та засвоєнню культурних цінностей.

## **РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНА АПРОБАЦІЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ МЕТОДІВ ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ**

### **2.1. Дизайн пілотного дослідження та методичний інструментарій**

Емпіричне дослідження спрямоване на апробацію та визначення ефективності арт-терапевтичних методів у зміцненні національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків. Дослідження мало пілотний якісний характер з елементами кількісного аналізу.

Мета емпіричного дослідження полягає в оцінюванні ефективності арт-терапевтичної програми шляхом аналізу змін у самохарактеристиках, символічних образах та рефлексивних проявах, що відображають компоненти національної ідентичності учасників. Об'єктом емпіричного дослідження є процес зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків. Предмет дослідження – вплив арт-терапевтичної програми на прояви та трансформацію компонентів національної ідентичності у структурі «Я-концепції» підлітків.

Оцінювання впливу арт-терапевтичної програми здійснювалося опосередковано через систему показників, що відображають когнітивний, емоційно-ціннісний та рефлексивний аспекти «Я-концепції». Когнітивний компонент аналізувався через зміст і структуру самохарактеристик, емоційно-ціннісний через емоційне забарвлення висловлювань і ставлення до власної національної належності, рефлексивний – через рівень усвідомленості, суб'єктності та цілісності самоописів.

Додатково для виявлення латентних аспектів ідентичності застосовувався аналіз візуальних образів, що дозволило простежити зміни у символічному представленні національно-культурного простору, рівні його значущості та інтегрованості у структуру особистісного досвіду підлітків.

Відповідно до поставленої мети визначено такі завдання дослідження: здійснити первинну діагностику особливостей прояву національної ідентичності учасників; апробувати арт-терапевтичну програму; провести повторну діагностику

та виявити тенденції змін у показниках та змістових проявах національної ідентичності.

Передбачалося, що цілеспрямоване використання арт-терапевтичних методів із національно-культурним змістом сприятиме посиленню цілісності ідентичності, розширенню національно маркованих самохарактеристик, зростанню рефлексивності та позитивного ставлення до власної належності.

Для реалізації поставленої мети було використано такі методи:

- емпіричні методи: діагностичне тестування (методики «Хто я?» та «Географія візуальних образів»); спостереження; аналіз творчих робіт; рефлексивне групове обговорення; пілотна апробація арт-терапевтичної програми;

- методи кількісного та якісного аналізу: обробка результатів (визначення динаміки показників, порівняння даних до та після впливу) та якісний аналіз (інтерпретація змісту самохарактеристик, візуальних образів, рефлексивних висловлювань);

- методи математико-статистичної обробки даних: розрахунок середніх значень показників (зокрема, середньої кількості самохарактеристик за методикою «Хто я?»), визначення індивідуальних змін (порівняння показників кожного респондента на констатувальному та контрольному етапах: зміна кількості самохарактеристик, поява або відсутність національно маркованих характеристик, зміна їх рангу та емоційного забарвлення), обчислення відсоткового розподілу отриманих результатів (зокрема, співвідношення об'єктивних та суб'єктивних самовизначень як індикатора зовнішньої та/або внутрішньої орієнтації ідентичності; частки національно маркованих характеристик; частки позитивно забарвлених самоописів; проявів фрагментарності та невизначеності «Я-концепції»), а також їх порівняння на констатувальному і контрольному етапах дослідження з метою виявлення динаміки змін у структурі ідентичності під впливом арт-терапевтичної програми.

Для підвищення достовірності результатів застосовано триангуляцію даних, що передбачала поєднання кількох джерел емпіричної інформації:

психодіагностичних даних, спостережень, фасилітаторських нотаток, аналізу творчих робіт та рефлексивних висловлювань учасників. Поєднання кількісного та якісного підходів забезпечило валідність інтерпретації результатів та дозволило виявити не лише вимірювані зміни, а й змістові трансформації досвіду учасників.

У межах дослідження національна ідентичність розглядалася як багатокомпонентне утворення, що включає когнітивний, емоційно-ціннісний та ідентифікаційний компоненти, відповідно до яких було підібрано діагностичний і арт-терапевтичний інструментарій.

Для дослідження структури самоідентифікації та виявлення проявів національної ідентичності була використана методика «Хто я?» (Kuhn & McPartland, 1954), що являє собою нестандартизований самоопис із відкритою формою відповідей і ґрунтується на рольовій теорії особистості та концепції «Я-концепції». В її основі лежить припущення, що поведінка людини організовується відповідно до її суб'єктивно визначених ідентифікацій. Питання «Хто я?» дозволяє виявити актуальну структуру самосприйняття особистості без нав'язаних категорій, що є особливо важливим у роботі з підлітками, які пережили ідентифікаційні трансформації.

Досліджуваним пропонувалося протягом 12 хвилин письмово дати 20 відповідей на запитання «Хто я?», записуючи їх у довільному порядку, спонтанно, без редагування та оцінювання. Відповіді мали бути короткими (слово, фраза або твердження), без повторів. Після цього респондентам пропонувалося оцінити кожен характеристику як позитивну (+), негативну (–), амбівалентну (±) або таку, що важко піддається оцінці (?).

Методика застосовувалася на початковому та підсумковому етапах пілотної апробації арт-терапевтичної програми. Обробка результатів здійснювалася методом контент-аналізу із кількісною та якісною інтерпретацією.

Усі відповіді поділялися на дві базові категорії: об'єктивні (соціальні ролі, статуси, групові належності, діяльність/професії, національна та/або етнічна

належність) та суб'єктивні (риса характеру, емоційні стани, самооцінні судження). Кількість об'єктивних характеристик аналізувалася як показник орієнтації особистості на соціально визначені ідентичності.

Додатково аналізувалися: порядок появи відповідей (перші 5 як найбільш значущі); наявність або відсутність етнічно-національної ідентифікації; ранг згадки національності; позитивне, негативне або нейтральне ставлення до відповідної ідентичності; наявність проблемної ідентичності («не знаю, хто я»); переважання ситуативних або стабільних характеристик.

Особлива увага приділялася наявності етнічно-національної ідентифікації, її значущості (порядок згадки), емоційному забарвленню, а також ознакам фрагментарності або невизначеності самоідентичності. Методика, в свою чергу, дозволяє визначити: структуру «Я-концепції»; баланс міжособистісними та соціальними компонентами; вираженість групових ідентифікацій; наявність національної самоідентифікації; емоційне ставлення до себе та/або наявність ідентифікаційної фрагментарності або конфліктності.

«Географія візуальних образів» є психосемантичним діагностичним інструментом, розробленим О. Соснюком та І. Остапенко на основі ідей А. Branthwaite та L. Toiati, із урахуванням принципів арт-терапевтичного підходу, представлених у працях О. Вознесенської (Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017).

Методика спрямована на дослідження глибинних уявлень, ціннісних орієнтацій та емоційно-сміслових конструктів особистості через створення символічного візуального колажу, однак його процедурна специфіка полягає у необхідності підписання кожного обраного візуального образу. Такий підпис виступає первинною індивідуальною інтерпретацією та значно підвищує валідність аналізу, оскільки дозволяє поєднати візуальний та вербальний рівні смислотворення.

Простір колажу умовно поділяється на п'ять інтерпретаційних зон: центр – сутнісні характеристики поняття (ядро ідентичності); верхня права частина – раціональні інтенції (свідомі переконання, соціально-громадянські уявлення);

нижня права частина – життєвий досвід (пережиті події, у тому числі травматичні); верхня ліва частина – емоції та почуття; нижня ліва частина – творча інтенція (уявлення, символічні асоціації, креативні маркери культури). Додатково враховується вертикальна часова перспектива: верх колажу інтерпретується як проєкція майбутнього, низ – як відображення минулого, центр – як актуальний стан ідентичності (Рис. 2.1).



*Рис. 2.1. Схема базових елементів інтерпретації колажів за методикою «Географія візуальних образів»*

На відміну від оригінальної інтерпретації, де респондентам пропонується створити два колажі, «Справжній українець» та «Псевдоукраїнець», нами було визначено, що такий прямий символічний посил буде досить тригерним для категорії внутрішньо переміщених підлітків, тому колажна техніка була замінена на вільне малювання зі збереженням авторської логіки просторового та змістового аналізу образів.

Збір емпіричних даних включає аналіз самого малюнку, підписаних елементів, їх просторового розташування та, за можливості, короткого усного пояснення учасника. Обробка результатів здійснюється шляхом контент-аналізу образів (національна символіка, культурні артефакти, ціннісні категорії, поведінкові маркери, емоційні реакції), просторового аналізу розміщення елементів, а також порівняльного аналізу двох малюнків та виявлення трансформацій у змістових і

символічних проявах ідентичності після реалізації арт-терапевтичної програми.

Методика, в свою чергу, дозволяє виявити глибинні емоційно-сміслові уявлення, структуру ідентифікаційного ядра, а також ступінь інтегрованості національної складової у структуру «Я-образу». Поєднання вербальних, візуально-символічних та спостережуваних даних реалізує принцип триангуляції даних, що забезпечує взаємну верифікацію результатів і посилює достовірність інтерпретації виявлених тенденцій.

Таким чином, діагностичний інструментарій підібраний за принципом комплементарності методів, де вербальні самоописи фіксують усвідомлювані прояви ідентичності, а візуально-символічні образи дозволяють виявити її латентні та смислові компоненти. Методика «Хто я?» дозволяє оцінити когнітивно-ідентифікаційний компонент національної ідентичності, зокрема структуру «Я-концепції», наявність і значущість національно маркованих характеристик та їх емоційне забарвлення.

Водночас методика «Географія візуальних образів» спрямована на виявлення емоційно-ціннісного та глибинного смислового компонентів ідентичності, включаючи латентні уявлення, символічні асоціації та внутрішні суперечності. Поєднання зазначених методик здатне забезпечити комплексну діагностику національної ідентичності та дозволяє простежити як усвідомлювані, так і неусвідомлювані аспекти її зміцнення.

## 2.2. Характеристика пілотної вибірки та організація дослідження

Дослідження проводилося у форматі пілотної апробації арт-терапевтичної програми з метою оцінювання її потенціалу у зміцненні національної ідентичності підлітків та первинної перевірки доцільності розробленого методичного підходу. Пілотний дизайн дослідження був обраний як такий, що дозволяє здійснити поглиблений аналіз індивідуального досвіду учасників, апробувати комплекс арт-терапевтичних методів та виявити тенденції змін, що можуть бути основою для подальших масштабніших досліджень.

Пілотна дослідницька вибірка становила 16 підлітків віком від 11 до 18 років, залучених на базі двох освітніх середовищ: Київського фахового бізнес-коледжу Європейського університету та Весняної школи для дітей співробітників Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

До вибірки увійшли підлітки, частина з яких мали статус внутрішньо переміщених осіб або досвід переживання наслідків воєнних подій, що відповідало фокусу дослідження.

Вибірка формувалася цілеспрямовано відповідно до критеріїв доступності, релевантності досвіду учасників та можливості апробації програми у природному освітньо-психосоціальному середовищі.

Незважаючи на невелику кількість учасників ( $n=16$ ), дослідження має якісний і пілотний характер, що передбачає не статистичну генералізацію результатів, а глибоке вивчення індивідуального досвіду та виявлення значущих тенденцій.

Варто враховувати, що пілотна вибірка характеризується віковою неоднорідністю учасників (11–18 років), що відображає специфіку її формування на різних базах дослідження.

З огляду на вікові відмінності у рівні самосвідомості, рефлексивності та особливостях конструювання ідентичності, результати інтерпретувалися з урахуванням цього обмеження. Водночас у межах пілотного дизайну така неоднорідність розглядалася не як перешкода порівнянню груп, а як можливість

апробації програми на ширшому підлітковому віковому спектрі.

При організації дослідження також враховувалися психологічні особливості підлітків, пов'язані з досвідом вимушеного переміщення, зокрема підвищена тривожність, переживання втрати, труднощі адаптації, можливі прояви фрагментарності ідентичності та потреба у безпечному просторі самовираження. З огляду на це програма розглядалася не лише як дослідницький інструмент, але і як ресурсно орієнтований підтримувальний простір.

Дослідження включало три послідовні етапи: діагностичний, апробаційний та підсумково-аналітичний. На першому етапі проводилася первинна діагностика із застосуванням методики «Хто я?» (див. Додаток А) та адаптованої методики «Географія візуальних образів» (див. Додаток Б), що дозволило зафіксувати особливості самоідентифікації, національно маркованих характеристик та символічних уявлень учасників.

Другий етап передбачав реалізацію арт-терапевтичної програми, що включала п'ять занять тривалістю 60–90 хвилин, побудованих за логікою поступового переходу від стабілізації й самопізнання до символічного осмислення належності, культурної інтеграції та образу майбутнього.

У програмі застосовувалися ізотерапія, глинотерапія, символотворчі практики, елементи колажування та групова творча взаємодія. В ході та завершення програми проводилися рефлексивні групові обговорення, що виступало додатковим джерелом даних щодо суб'єктивного досвіду учасників.

Під час третього етапу було передбачено повторну діагностику та якісно-кількісний аналіз отриманих змін. Оцінювання результатів здійснювалося не лише через порівняння показників до і після участі в програмі, але й через інтерпретацію змін у змістових, символічних і рефлексивних проявах ідентичності.

Для підвищення достовірності результатів застосовано принцип тріангуляції даних, що передбачав поєднання кількох джерел емпіричної інформації: діагностичних відповідей учасників, спостережень та процесуальних нотаток фасилітатора, рефлексивних висловлювань учасників у групових обговореннях, а

також аналізу творчих робіт. Такий підхід забезпечував взаємну верифікацію даних та посилював достовірність інтерпретації виявлених тенденцій.

Аналіз результатів поєднував елементи описової статистики (частотний аналіз, середні значення, відсоткове представлення показників) із якісним описовим аналізом трансформацій у структурі самоописів та символічних образів.

Отримані результати не претендують на широку генералізацію, однак дозволяють виявити значущі тенденції й можуть слугувати основою для подальших досліджень та розширенню програм психосоціальної реабілітації засобами арт-терапії.

### **2.3. Етичні засади та травмоінформовані принципи проведення дослідження**

Етична складова є невід'ємною частиною організації та реалізації дослідження, особливо в умовах роботи з підлітками, які пережили психотравмуючий досвід, зокрема вимушене переміщення та наслідки воєнних подій.

У цьому контексті арт-терапевтичний простір розглядається не лише як дослідницьке середовище, а й як безпечне психосоціальне середовище підтримки, що вимагає дотримання високих професійних стандартів, гуманістичних принципів і етичної відповідальності.

У концептуальному вимірі етична організація дослідження спиралася на інтегративну концептуальну рамку (conceptual framework), що поєднує гуманістичний, травмоінформований та соціокультурний підходи. Така рамка визначає логіку побудови дослідження, відбір методів і способи взаємодії з учасниками, забезпечуючи їх етичну узгодженість і наукову обґрунтованість.

Етичні засади дослідження ґрунтувалися на принципах «не нашкодь», поваги до гідності та автономії особистості, конфіденційності, добровільної інформованої згоди, відповідальності та професійної компетентності.

Важливими ціннісними орієнтирами виступали емпатія, безумовне прийняття, культурна чутливість та визнання унікальності досвіду кожного учасника.

Психолог освітнього закладу, залучений до реалізації пілотної арт-терапевтичної програми в межах пілотного дослідження, забезпечував методичний супровід і контроль за дотриманням етичних норм у процесі роботи, що дозволяло своєчасно реагувати на можливі емоційні труднощі учасників та коригувати взаємодію відповідно до їхніх потреб.

Конфіденційність та анонімність забезпечувалися через проведення діагностики без ідентифікації особистих даних та обробку результатів у зведеному вигляді. Отримані дані використовувалися виключно з науковою метою.

На початковому етапі було отримано інформовану згоду учасників та, за

потреби, їхніх законних представників. Учасників було поінформовано про мету дослідження, його етапи та право відмовитися від участі на будь-якому етапі без негативних наслідків.

Етична організація дослідження також передбачала постійний моніторинг емоційного благополуччя учасників упродовж програми та можливість гнучкого коригування вправ відповідно до їхніх потреб.

Окрема увага приділялася роботі з підлітками як вразливою категорією. З метою запобігання ретравматизації було дотримано принципів мінімального втручання, добровільності участі, поступовості включення у діяльність та поваги до особистісних меж.

Жодне із запропонованих завдань не передбачало прямої актуалізації травматичного досвіду; натомість використовувалися опосередковані, символічні та ресурсно орієнтовані форми самовираження.

У зв'язку з тематикою національної ідентичності, її актуалізація здійснювалася непрямо через звернення до культурних символів, метафор, образів родинної пам'яті та творчих практик. Такий підхід дозволяє уникнути зовнішнього нав'язування інтерпретацій, зменшує ймовірність психологічного опору та сприяє природній інтеграції ідентичності через особистий досвід учасників.

Взаємодія в групі будувалася на засадах партнерської, неієрархічної взаємодії з елементами суб'єкт-суб'єктної комунікації, що сприяло формуванню довірливої атмосфери, зниженню психологічної напруги та підвищенню відкритості до самовираження.

Водночас було забезпечено дотримання меж безпеки, структуру процесу та підтримку учасників у разі виникнення емоційних труднощів.

У процесі роботи було визначено та дотримано групових правил та домовленостей, зокрема: конфіденційності, взаємоповаги, безоцінювального ставлення, права не ділитися особистою інформацією та права на власну інтерпретацію творчих робіт для безпечного самовираження і розвитку довіри в групі.

Індивідуалізація підходу передбачала гнучке врахування темпу роботи, рівня готовності до саморозкриття та актуального емоційного стану учасників.

Таким чином, етичні аспекти дослідження розглядалися не як формальна процедура супроводу, а як невід'ємний методологічний компонент організації пілотного дослідження, що забезпечував безпечність, достовірність та гуманістичну спрямованість взаємодії з учасниками.

## Висновки до розділу 2

Здійснивши аналіз організації та реалізації пілотного дослідження щодо апробації арт-терапевтичних методів зміцнення національної ідентичності підлітків, можемо зробити такі висновки:

1. Пілотне дослідження було спрямоване на апробацію арт-терапевтичної програми та оцінювання її потенціалу у зміцненні національної ідентичності підлітків. Чітке визначення мети, об'єкта, предмета, дослідницьких завдань і логіки пілотного дизайну забезпечило методологічну цілісність та наукову обґрунтованість дослідження.

2. Методичний інструментарій дослідження підібрано відповідно до багатокomпонентного розуміння національної ідентичності та побудовано на поєднанні вербальних, візуально-символічних і рефлексивних методів. Комплексне використання методики «Хто я?» (Kuhn & McPartland, 1954), адаптованої методики «Географія візуальних образів» (Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017), спостереження та аналізу творчих робіт забезпечило можливість дослідити як усвідомлювані, так і латентні аспекти самоідентифікації.

3. Організація дослідження у форматі пілотної вибірки (n=16) та поетапної апробації програми дозволила виявити значущі тенденції у трансформації когнітивних, емоційно-ціннісних та рефлексивних компонентів національної ідентичності.

Пілотний характер дослідження, попри обмеженість вибірки, забезпечив можливість більш глибокого аналізу індивідуального досвіду учасників та первинної перевірки доцільності запропонованого методичного підходу.

4. Достовірність отриманих результатів посилювалася завдяки поєднанню кількісного й якісного аналізу, а також застосуванню тріангуляції даних (діагностичні відповіді, спостереження, рефлексивні висловлювання учасників, аналіз творчих робіт), що дало змогу взаємно верифікувати виявлені тенденції та підвищити валідність інтерпретації результатів.

5. Проведення дослідження здійснювалося з дотриманням етичних принципів гуманістичного й травмоінформованого підходів, зокрема добровільності участі, конфіденційності, інформованої згоди, недопущення ретравматизації та створення безпечного підтримувального простору. Етична складова виступала не лише умовою проведення дослідження, а й важливим методологічним компонентом реалізації арт-терапевтичної програми.

## **РОЗДІЛ III. ОПИС АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПРОГРАМИ ЗМІЦНЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ ТА ЇЇ ЕФЕКТИВНІСТЬ**

### **3.1. Опис арт-терапевтичної програми зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків**

На підготовчому етапі розробки арт-терапевтичної програми було проведено напівструктуроване експертне інтерв'ю, спрямоване на концептуальне обґрунтування змісту програми та уточнення потреб цільової групи, зокрема підлітків з досвідом вимушеного переміщення та/або травматизації внаслідок війни.

В інтерв'ю взяли участь арт-терапевт та нейропсихолог Центру «Надії та Відновлення» БО «БФ Спасемо Україну», а також психолог Київського фахового бізнес-коледжу Європейського університету.

Метою інтерв'ю було виявлення практичного досвіду роботи з підлітками зазначеної категорії, визначення їхніх актуальних психологічних потреб, а також уточнення доцільності й специфіки застосування арт-терапевтичних підходів у процесі зміцнення національної ідентичності.

Структура інтерв'ю передбачала аналіз таких ключових аспектів: досвід роботи фахівців та організацій із підлітками, застосування арт-терапевтичних підходів, особливості роботи з ідентичністю, актуальні потреби підлітків з досвідом вимушеного переміщення, оцінка ефективності методів, а також ризики й рекомендації щодо розробки арт-терапевтичних програм, спрямованих на зміцнення національної ідентичності підлітків (див. Додаток В).

Аналіз відповідей експертів дозволив виявити спільні підходи та відмінності між освітнім і реабілітаційним середовищами, а також окреслити принципи побудови авторської програми.

В свою чергу, психолог освітнього закладу наголошує на системній роботі з підлітками у форматі тренінгів, бесід, квестів та арт-терапевтичних занять, що

поєднують профілактичний, розвивальний і консультативний напрями. На думку фахівчині, у межах такого підходу формування національної ідентичності відбувається через більш пряме звернення до історико-культурного змісту, мовного середовища та просвітницьких практик: *«Завжди прошу говорити українською... говоримо про особливості діалектного спілкування та вплив русизмів»*. Такий підхід сприяє підвищенню обізнаності, однак потребує обережності з огляду на можливі захисні реакції у підлітків, які мають травматичний досвід.

Натомість фахівці реабілітаційного центру (нейропсихолог та арт-терапевт) акцентують увагу на непрямому, символічно опосередкованому включенні теми ідентичності через метафору, творчість та ресурсні практики. Вони підкреслюють, що для підлітків із травматичним досвідом тема національної належності може бути чутливою або навіть тригерною. Зокрема, нейропсихолог зазначає: *«Пряма відкрита національно-культурна тематика може викликати тривогу і страх... тому її варто вводити поступово, через безпечні асоціації»*.

У цьому контексті арт-терапія розглядається не лише як засіб самовираження, а як інструмент стабілізації, актуалізації ресурсів і безпечного осмислення досвіду. Особливе значення експерти надають поетапності роботи: від стабілізації та задоволення базових потреб – до поступового зміцнення ідентичності як вищого рівня особистісної інтеграції.

Попри деякі відмінності у підходах, усі експерти відзначають актуальність проблематики національної ідентичності для підлітків із досвідом внутрішнього переміщення та підкреслюють необхідність психологічно безпечного, ненав'язливого включення національно-культурного змісту: *«Поки людина думає про базові потреби, вона не може думати про символи... ідентичність формується пізніше, як етап»*, – зазначає нейропсихолог.

Серед ключових потреб цільової групи експерти виокремлюють потребу в безпеці, приналежності, соціалізації, подоланні стигматизації, формуванні життєвих орієнтирів та відновленні цілісності ідентичності. У цьому контексті арт-

терапія виступає ефективним засобом роботи з означеними потребами у ненасильницький, ресурсно орієнтований спосіб.

Важливим результатом інтерв'ю стало також окреслення потенційних ефектів арт-терапевтичної програми із національно-культурним змістом: стабілізація психоемоційного стану, актуалізація ресурсів, формування відчуття приналежності, підвищення суб'єктності та відновлення зв'язку з культурним корінням, актуалізацію ресурсів та відновлення зв'язку з культурним корінням. символ якої, за словами арт-терапевта, «дають опору і допомагають стабілізуватися».

Водночас були визначені ризики, пов'язані з можливим психологічним супротивом, тригерністю теми національної належності, небезпекою ретравматизації та необхідністю високої чутливості фахівця.

Окремо були окреслені організаційні й методичні бар'єри, серед яких фахівці визначають недостатню підготовку фахівців, обмеженість ресурсів, потребу в супервізійній підтримці та специфічні умови безпеки в освітньому середовищі, що, на нашу думку, варто враховувати в процесі запровадження програм.

Узагальнюючи результати інтерв'ю, можна констатувати, що ефективна арт-терапевтична програма зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків має базуватися на таких принципах:

- поетапність і структурованість;
- пріоритет стабілізації перед глибинною роботою з ідентичністю;
- індивідуалізація та врахування вікових особливостей;
- добровільність і ненасильницький характер впливу;
- використання символічних, метафоричних форм роботи;
- опосередковане включення національно-культурного змісту;
- забезпечення психологічної безпеки як базової умови.

Таким чином, результати напівструктурованого інтерв'ю стали концептуальною основою для розробки авторської арт-терапевтичної програми.

Розроблена програма спрямована на зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків шляхом поєднання індивідуального самопізнання, актуалізації ресурсів та поступового включення в соціокультурний контекст.

Програму побудовано з урахуванням психологічних особливостей підліткового віку, досвіду вимушеного переміщення та принципів травмоінформованого підходу (див. Додаток Г).

Ключовою особливістю програми є її непрямий, ненав'язливий характер впливу на зміцнення національної ідентичності. Акцент зроблено не на декларативному засвоєнні національних цінностей, а на символічному, образному й особистісно значущому досвіді, через який підлітки самостійно приходять до усвідомлення власної приналежності – до себе, до інших і до культурного простору.

Програма має чітку логіку розвитку та структурована у п'ять послідовних блоків:

- стабілізаційно-діагностичний блок – дослідження образу «Я» та створення безпечного простору самовираження;

- ресурсно-відновлювальний блок – актуалізація внутрішніх ресурсів та формування внутрішньої опори;

- культурно-символічний блок – осмислення приналежності через культурні символи й родинну пам'ять;

- інтеграційно-груповий блок – розвиток досвіду спільності та колективної ідентичності;

- підсумково-рефлексивний блок – інтеграція отриманого досвіду та виявлення змін у структурі самоідентифікації.

Така структура відображає поступовий рух від особистісного до соціокультурного рівня ідентичності, від індивідуального досвіду – до його інтеграції.

**Перше заняття «Намалюй себе тут – у Вільній Україні»** має діагностично-адаптаційний характер і спрямоване на дослідження структури самоідентифікації підлітків через створення просторового образу власного внутрішнього світу.

Його метою є актуалізація значущих людей, місць, досвідів і цінностей, а також створення безпечного простору для самовираження.

Структура заняття включає вступ, основний творчий етап, рефлексію та завершення, що відповідає класичній моделі арт-терапевтичної сесії (див. Додаток Г). У ході роботи учасники створюють символічну «карту», де розміщують образ себе та інші значущі елементи, самостійно визначаючи їхній зміст, дистанцію та взаємозв'язки.

Методично значущим елементом цього заняття є відсутність прямого акценту на національній ідентичності: вона вводиться лише через загальний контекст («у Вільній Україні»), створюючи смислове тло для подальшого розгортання ідентифікаційних процесів.

**Друге заняття «Моя внутрішня сила»** спрямоване на формування внутрішньої опори, зниження тривожності та актуалізацію уявлень про власні ресурси. Воно логічно продовжує попередній етап, переводячи фокус із зовнішніх джерел підтримки на внутрішні.

У структурі заняття передбачено актуалізацію попереднього досвіду, основну творчу діяльність (ліплення образу сили), рефлексію та завершення. Використання пластичних матеріалів дозволяє залучити тілесно-сенсорний рівень переживання, що є особливо важливим у роботі з травматичним досвідом.

Принциповим для цього етапу є створення символічного образу внутрішньої сили, який учасники наділяють індивідуальним змістом. М'яке введення культурного контексту дозволяє поєднати особистісний і культурний рівні через власний досвід учасників.

**Третє заняття «Культурні образи як ресурс: Вишиванка мого роду та писанкарство»** є ключовим у контексті безпосередньої роботи з національною ідентичністю. Його мета полягає в осмисленні власної приналежності через

символічне відтворення родинних і культурних образів та актуалізацію культурної спадкоємності як ресурсу.

Структура заняття включає едукативний блок, творчу роботу (створення «вишиванки»), презентацію, другу практичну частину (створення писанки), рефлексію та завершення (див. Додаток Г).

Змістова специфіка заняття полягає у метафоричному способі введення національно-культурного змісту: символи вишивки й писанки виступають не як задані зразки, а як засоби самовираження, що забезпечує індивідуалізацію досвіду й сприяє переживанню культури як внутрішнього ресурсу.

**Четверте заняття «Ми: спільний візерунок»** спрямоване на формування досвіду спільності, приналежності та групової ідентичності. Воно інтегрує попередній індивідуальний досвід у колективний простір.

Структура заняття включає індивідуальний етап (створення власного символу), групову інтеграцію (створення спільного орнаменту), презентацію, рефлексію та завершення.

Важливою характеристикою цього етапу є використання орнаменту як символічної моделі групи: кожен елемент зберігає унікальність, але водночас є частиною цілісного візерунка. Через досвід співтворення учасники проживають досвід «Ми» як важливий вимір ідентичності.

**П'яте заняття «Я і ми: мій простір у Вільній Україні»** має інтегративно-діагностичний характер і спрямоване на узагальнення досвіду та виявлення змін у структурі самоідентифікації. Воно побудоване за аналогією з першим заняттям, що створює основу для порівняльного аналізу результатів (див. Додаток Г).

Учасники повторно створюють символічну «карту» власного внутрішнього світу з урахуванням досвіду, набутого впродовж програми. Жодні зміни не задаються ззовні, а проявляються природно через зміст малюнків, просторову структуру, символи та зв'язки.

Методично значущою функцією цього заняття є інтеграція особистісного («Я»), соціального («Ми») та культурного рівнів ідентичності, а також символічне завершення групового процесу.

Отже, механізм впливу програми реалізується через низку взаємопов'язаних процесів: символізацію як спосіб роботи з глибинними смислами та переживаннями; ресурсну актуалізацію як основу внутрішньої опори й резильєнтності; культурне смислотворення через звернення до символів і культурної пам'яті; групову інтеграцію через переживання спільності й приналежності та рефлексивне переосмислення досвіду як механізм особистісної інтеграції.

Таким чином, програма базується на принципі ненав'язливого зміцнення національної ідентичності через особистісний досвід, а не через декларативне навчання. Її логіка розгортається від індивідуального до колективного, від стабілізації до інтеграції, від ресурсу до смислу, що забезпечує комплексний характер впливу та відповідає завданням соціально-реабілітаційної й арт-терапевтичної роботи з підлітками з досвідом вимушеного переміщення.

### **3.2. Аналіз результатів дослідження ефективності застосування арт-терапевтичних методик**

З метою виявлення динаміки змін у структурі самоідентифікації підлітків до і після участі в арт-терапевтичній програмі було здійснено порівняльний аналіз результатів первинної та повторної діагностики у пілотній групі респондентів (n=16) за методикою «Хто я?» (Kuhn & McPartland, 1954), спрямованою на виявлення структури самоідентифікації підлітків та особливостей когнітивно-ідентифікаційного компонента національної ідентичності (див. Додаток А), а також у співвіднесенні з результатами адаптованої методики «Географія візуальних образів» (див. Додаток Б), що дозволяє дослідити емоційно-ціннісний і символічний рівні ідентичності.

Розглянемо результати методики «Хто я?». Обробка результатів здійснювалася методом контент-аналізу з поєднанням кількісної та якісної інтерпретації відповідей. Усі самохарактеристики були класифіковані на дві базові категорії: об'єктивні (соціальні ролі, статуси, діяльність, групові належності, місце проживання, національна та/або етнічна ідентичність) та суб'єктивні (риса характеру, емоційні стани, самооцінні судження, ставлення до себе та інших).

Аналіз здійснювався за такими показниками: середня кількість самохарактеристик (із 20 можливих), співвідношення об'єктивних та суб'єктивних самовизначень (як індикатор зовнішньої та/або внутрішньої орієнтації ідентичності), частка національно маркованих характеристик, частка позитивно забарвлених самоописів, а також прояви фрагментарності та невизначеності. Додатково враховувалися порядок появи відповідей (перші 3–5 як найбільш значущі), наявність та/або відсутність національної ідентифікації, ранг її згадки, емоційне забарвлення та ситуативність самоопису.

На первинному етапі діагностики сумарно було отримано 183 самохарактеристики із максимально можливих 320 (57,2%). Середня кількість відповідей на одного респондента становила 11,4 із 20 можливих, що свідчить про помірний рівень розгорнутості «Я-концепції». При повторній діагностиці було

зафіксовано 191 самохарактеристику (59,7%), а середній показник зріс до 11,9, що відображає незначне, але позитивне розширення саморепрезентації.

Контент-аналіз показав домінування об'єктивних самохарактеристик, пов'язаних із соціальними ролями, статусами, діяльністю та груповими належностями.

На первинному зрізі їх частка становила близько 68%, а на повторному – 63%, що може свідчити про певне збереження значущості соціально-рольового компонента при одночасному посиленні суб'єктивного рівня самовизначення. У структурі об'єктивних характеристик було виокремлено такі найбільш типові категорії: сімейно-рольові ідентифікації («син», «донька», «брат», «сестра»), що складають 34% від загальної кількості об'єктивних характеристик, 18% освітньо-професійних позицій («учень», «студент», «майбутній кіберзахисник»), демографічні/базові («людина», «хлопчик» тощо), що складають 12%, 22% діяльнісних та інтересових характеристик («футболіст», «художник», «танцюристка»), 8% просторово-соціальних ідентифікацій («проживаю в Києві», «бучанка», «житель Борщагівки») та національно-культурні маркери, які складають 6%, серед яких були виділені такі визначення, як «українець/українка», «грузинка», «козак», «люблю Україну» (див. Рис. 3.1).



Рис. 3.1. Розподіл вхідних об'єктивних (socially-defined) висловлювань респондентів (%)

При повторному зрізі, було визначено наступний розподіл: сімейно-рольові – 30%; освітньо-професійні – 16%; діяльнісні та інтересові – 21%; демографічні/базові – 14%; просторово-соціальні – 9% та національно-культурні – 10% від загальної кількості (див. Рис. 3.2).



*Рис. 3.2. Розподіл вихідних об'єктивних (socially-defined) висловлювань респондентів (%)*

Таким чином, при збереженні домінування соціально-рольових ідентифікацій спостерігається зростання частки національно-культурних характеристик та незначне розширення базових і просторових ідентифікацій, що свідчить про поступове ускладнення структури об'єктивного самовизначення.

Аналіз порядку відповідей показав, що на первинному етапі у понад 85% респондентів перші 3–5 позицій займали соціально-рольові характеристики, що вказує на їхню провідну значущість. Національні маркери, якщо і з'являлися, переважно розташовувалися поза першими позиціями за периферійним рангом.

На повторному етапі у частини респондентів, у яких вони займали місце в середині або кінці, маркери національної ідентичності починають з'являтися серед перших 5 відповідей, що може свідчити про її зміщення до ядра самоідентифікації.

Динаміка національно маркованих характеристик розраховувалася як за кількістю респондентів, у яких вони наявні, так і за середньою кількістю таких

самовизначень. До цієї категорії включалися прямі та опосередковані маркери («українець/українка», «грузинка», «козак», «люблю Україну», «живу в Україні»). На первинному етапі вони були зафіксовані у 7 із 16 респондентів (43,8%), при цьому загальна кількість таких висловлювань становила 9 (у середньому 0,56 на особу). На повторному етапі – вже у 10 із 16 (62,5%), а їх загальна кількість зросла до 14 (у середньому 0,88 на особу), що демонструє не лише зростання частоти, а й індивідуальна інтенсивність включення національної ідентичності.

Водночас повторний зріз засвідчив зростання суб'єктивних характеристик (з 32% до 37%), що проявилось у збільшенні особистісно-оцінних та рефлексивних самовизначень. Це супроводжувалося підвищенням частки позитивно забарвлених характеристик (з 74% до 82%) та зменшенням негативних і амбівалентних суджень, що може свідчити про стабілізацію самооцінки та зниження внутрішньої напруги.

Фрагментарність самоопису також зменшилася: частка ситуативних і побутових відповідей скоротилася з 21% до 15%. Водночас відповіді стали більш узагальненими та структурованими, що вказує на формування більш цілісного образу «Я».

Варто відзначити вікові особливості отриманих результатів. Молодші підлітки переважно використовували фактологічні та рольові самовизначення і рідше надавали оцінні характеристики, що може свідчити про ще недостатньо сформований рефлексивний компонент.

Натомість старші підлітки демонстрували більш диференційовану систему самоопису, наявність чітких позитивних і негативних самооцінок та більшу інтегрованість національної ідентичності, що дозволяє припустити, що рівень ефективності подібних програм може зростати із віком та розвитком рефлексивних здібностей.

Таким чином, результати методики «Хто я?» засвідчили позитивну динаміку: збільшення частки суб'єктивних і позитивних самовизначень, зростання представленості та значущості національно-культурних маркерів, зменшення фрагментарності та поступову інтеграцію різних компонентів ідентичності. При

збереженні домінування соціально-рольових характеристик структура «Я-концепції» стала більш диференційованою та внутрішньо узгодженою.

Обробка результатів, отриманих за адаптованою методикою «Географія візуальних образів» (Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017), здійснювалася шляхом поєднання контент-аналізу візуальних образів, просторового аналізу їх розміщення та порівняльного аналізу динаміки між первинним і повторним зрізами. Інтерпретація базувалася на психосемантичному підході, відповідно до якого малюнок розглядається як проєкція індивідуального смислового простору особистості, що відображає структуру її ідентичності, систему цінностей та емоційно значущих зв'язків.

У межах аналізу було виокремлено такі параметри: просторове розміщення образу «Я» (центр/периферія); тематичні категорії зображень (соціальне оточення, ресурси, інтереси, національна символіка тощо); частотність появи окремих образів (у % респондентів); характер символічних репрезентацій (ресурсні, фрагментарні, травматичні); ступінь структурованості композиції; а також динаміка змін між двома зрізами.

На первинному етапі у 81,3% респондентів (13 із 16) образ «Я» розміщувався в центрі композиції, що відповідає віковим особливостям підлітків та свідчить про базову сформованість уявлення про себе як центральний елемент ідентичності. Водночас у 18,7% (3 особи) зафіксовано порушення центрованості, зокрема зміщення образу «Я» у бік значущих інших (переважно батьків) і це може інтерпретуватися як ознака недостатньої автономності ідентичності та підвищеної залежності від близького соціального оточення (див. Рис. 3.3).



*Рис. 3.3 Приклад малюнку респондентки з порушенням центрування*

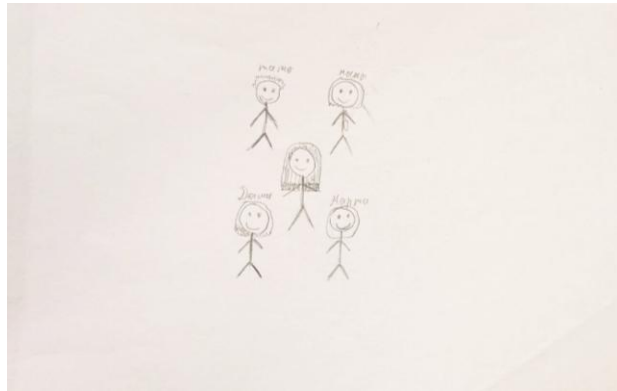
На повторному етапі частка центрованих зображень, в свою чергу, зросла до 93,7% (15 із 16), як показник посилення суб'єктивної значущості власного «Я», зростання автономності та більш інтегровану структуру ідентичності.

Контент-аналіз візуальних матеріалів дозволив визначити домінуючі тематичні категорії образів та їхню частоту проявів на малюнках. Відтак, на первинному зрізі у 100% респондентів були представлені образи сім'ї, у 75% – друзі, у 62,5% – домашні тварини, у 81,3% – інтереси та хобі, у 68,7% – повсякденні ресурси (техніка, їжа, транспорт), у 56,3% – школа та навчання, у 25% – абстрактні або символічні образи, тоді як національна символіка була зафіксована лише у 12,5% респондентів. Така структура свідчить про домінування мікросоціального середовища як ядра ідентичності та орієнтацію підлітків на безпосередні умови життєдіяльності й ресурси повсякденної стабільності.

На повторному зрізі було зафіксовано якісні зміни у змістовому наповненні малюнків. Образи сім'ї залишилися стабільно представленими у 100% випадків, частка зображень друзів зросла до 81,3%, інтересів і самореалізації – до 87,5%. Водночас частка повсякденних ресурсів дещо знизилася до 62,5%. Натомість з'явилися нові смислові категорії: образи досвіду та спогадів (56,3%), образи майбутнього та цілей (50%), а також внутрішні ресурси (віра, «любов», цінності), які були представлені у 37,5% респондентів. Особливо показовим є зростання частки національної символіки до 43,7%. Виявлена динаміка свідчить про

поступовий перехід від конкретно-побутових до більш узагальнених, смислово-ціннісних ідентифікацій.

Аналіз просторової організації образів показав, що на первинному етапі значна частина малюнків характеризувалася звуженим використанням простору аркуша, частковим заповненням площини та відсутністю чіткої структурної організації (див. Рис. 3.4).



*Рис. 3.4. Приклад малюнку респондента з частковим заповненням площини*

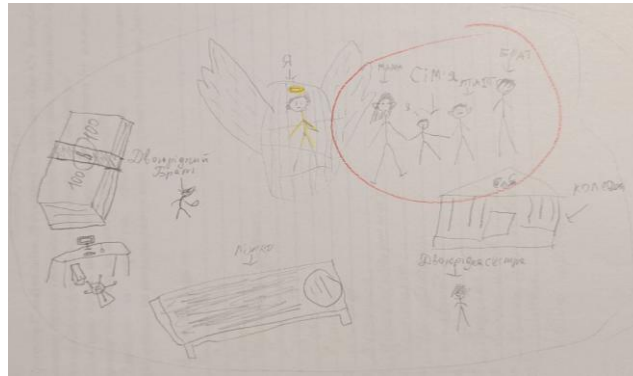
У частини респондентів спостерігалось фрагментарне або хаотичне розміщення образів, що відображає недостатню структурованість смислового простору. На повторному етапі 68,7% респондентів почали використовувати більшу частину аркуша, з'явилося розмежування простору за смисловими ознаками (верх/низ, минуле/майбутнє, важливе/другорядне), а у 50% випадків композиція набула чіткої смислової організації (наприклад, поділ на ресурси, цінності, периферійні елементи), що свідчить про розвиток когнітивної структурованості ідентичності та здатності до її внутрішньої організації (див. Рис. 3.5).



*Рис. 3.5. Приклад структурованого малюнку респондента на вихідній діагностиці*

Аналізуючи символічне наповнення малюнків, було визначено, що на первинному етапі переважали конкретні, ситуативні образи, а ресурсність мала переважно зовнішній характер (сім'я, матеріальні об'єкти, середовище).

Водночас у частини респондентів спостерігалися ознаки фрагментарності та внутрішньої напруги, зокрема символи обмеження (межі, «кордони», клітки), зменшені або другорядні зображення власного «Я» (див. Рис. 3.6).



*Рис. 3.6. Приклад малюнку респондента з символами обмеження*

На повторному етапі відбулися суттєві зміни: у 62,5% респондентів з'явилися внутрішні ресурси, у 56,3% – образи досвіду, у 50% – образи майбутнього, у 43,7% – національна символіка (див. Рис. 3.7).



*Рис. 3.7. Приклади малюнків респондентів з національною символікою*

Таким чином, можна говорити про перехід від зовнішньо зумовленої підтримки до внутрішньої опори, а також про посилення смислової інтеграції ідентичності. також варто зазначити, що учасники активніше використовували кольорову палітру, розширювали простір малюнка, чіткіше вербалізували власні ресурси та демонстрували здатність до осмислення зв'язку між минулим, теперішнім і майбутнім, а також до усвідомлення компонентів власної ідентичності, включаючи національну належність.

Не менш важливим є те, що в групі було виявлено стійкі повторювані символічні патерни. Зокрема, сім'я виступає ядром ідентичності (100%), соціальні зв'язки є ключовим ресурсом стабільності (приблизно 80%), матеріальні об'єкти виконують компенсаторну функцію (з тенденцією до зниження їх значущості), водночас зростає представленість символів розвитку, майбутнього та ціннісних орієнтацій. Окремо слід відзначити інтеграцію національної ідентичності, яка переходить із периферійних позицій до більш центральних у структурі образу «Я».

Також порівняльний аналіз засвідчив зменшення частки фрагментарних і ситуативних образів (орієнтовно з 30% до 18%), а також зростання кількості цілісних, ієрархічно впорядкованих та смислово організованих композицій, що може проявлятися як підвищення рівня інтегрованості «Я-концепції» та здатності до рефлексивного осмислення власного досвіду.

Таким чином, результати методики «Географія візуальних образів» засвідчили виражену позитивну динаміку у структурі самоідентифікації підлітків: було зафіксовано посилення центрованості образу «Я», розширення психологічного простору, зростання частки ресурсних і символічних образів, перехід від зовнішніх до внутрішніх ресурсів, інтеграцію національної ідентичності у систему уявлень про себе, а також зменшення фрагментарності та підвищення структурованості «Я-концепції».

Важливим компонентом емпіричного дослідження став аналіз процесу реалізації арт-терапевтичної програми, який здійснювався на основі фасилітаторських спостережень, рефлексивних обговорень учасників та аналізу створених ними творчих продуктів, що дозволило доповнити результати методик якісними даними щодо динаміки емоційного стану, рівня залученості, особливостей взаємодії та формування ідентичності в процесі роботи.

На занятті «Моя внутрішня сила», спрямованому на актуалізацію внутрішніх ресурсів та формування відчуття опори (див. Додаток Г), було зафіксовано, що уявлення підлітків про силу переважно мають емоційно-регулятивний і міжособистісний характер. Учасники пов'язували силу не лише з активністю чи

домінуванням, а з такими характеристиками, як підтримка, турбота, стабільність та внутрішній спокій, що символічно відобразили в своїх роботах (див. Рис. 3.8).



*Рис. 3.8. Приклади робіт респондентів з повітряного пластиліну*

Зокрема, роботи респондентів були прикладом символічних образів турботи (образ кошеня з квіткою), ядро внутрішнього спокою (ядро-квітка) та підтримка близьких, як основа особистої стабільності, що було зображено у вигляді ядра з чорним кільцем (див. Рис. 3.8).

У процесі роботи з пластичним матеріалом спостерігалось поступове зниження напруження, підвищення залученості та формування більш індивідуалізованих символічних образів. Водночас у частини учасників зберігалася фрагментарність репрезентацій, що проявлялося у неповній інтеграції окремих елементів у цілісний образ, а також у труднощах вербалізації власного досвіду і це може свідчити про початковий етап формування рефлексивності та потребу в опосередкованих формах самовираження.

Заняття «Культурні образи як ресурс: Вишиванка мого роду та писанкарство» було спрямоване на інтеграцію родинно-культурного та національного компонентів у структуру ідентичності (див. Додаток Г). Аналіз виконаних робіт показав, що учасники інтерпретують вишиванку не лише як елемент традиційної культури, а як символ родинної пам'яті, зв'язку з корінням, особистої історії та ресурсу самопідтримки.

У створених орнаментах поєднувалися як традиційні символи, так і індивідуально значущі елементи, що відображає процес суб'єктивної інтерпретації культурних смислів (див. Рис. 3.9).



*Рис. 3.9. Приклад робіт респондентів*

У ряді випадків символіка мала інтуїтивний характер, зокрема використання кольорів, близьких до національної гами, без прямого усвідомлення їх значення та/або усвідомленого вибору певних видів орнаменту, які характеризують відповідні регіони респондентів, і це може свідчити про наявність латентного рівня національної ідентифікації. Вишиванки, в свою чергу, у респондентів виступили як символ родинної пам'яті зв'язку між поколіннями, захисний символ, репрезентація Батьківщини, образ майбутнього та надії тощо.

Під час роботи з писанкарством як більш вільною та інтуїтивною формою самовираження учасники через емоційне розкриття інтерпретували символи через призму власного досвіду. У процесі рефлексії підлітки визначали створені образи як символи захисту, сили, надії, гармонії, що вказує на розширення їхнього уявлення про ресурси та можливість їх символічного опосередкування, що забезпечило перехід від конкретно-емоційного до більш символічно-ціннісного рівня осмислення себе.

Заняття «Ми: спільний візерунок» було спрямоване на розвиток групової взаємодії та формування «ми-ідентичності» (див. Додаток Г). На індивідуальному етапі учасники легко створювали символи, що відображали їхні особистісні цінності та уявлення про себе, однак перехід до колективної роботи супроводжувався певними труднощами через необхідність узгодження різних позицій.

Попри це, групі вдалося створити цілісну композицію, в якій індивідуальні елементи були інтегровані у спільний простір. Характерною особливістю стало

поєднання різнорідних символів (від матеріальних до абстрактних) у межах єдиної структури, що відображає багатовимірність ідентичності сучасної молоді. У процесі обговорення учасники змогли надати спільного смислового значення окремим елементам, зокрема інтерпретувати їх у контексті національно-культурної ідентичності. Рефлексія, в свою чергу, показала усвідомлення цінності співпраці, важливості врахування позиції іншого та значущості внеску кожного учасника, що свідчить про формування базових компонентів групової ідентичності.

Підсумкове заняття (див. Додаток Г), що поєднувало елементи рефлексії та повторної діагностики, засвідчило якісні зміни у способах самопрезентації учасників: у процесі обговорення вони відзначали розширення власного уявлення про ресурси, усвідомлення значущості соціальних зв'язків, досвіду та цінностей, а також здатність осмислювати власне майбутнє. Зросла також готовність до вербалізації внутрішнього досвіду через більш розгорнуті і змістовні пояснення створених образів.

Узагальнення результатів здійснювалося із застосуванням принципу методологічної тріангуляції, базуючись зіставлені з даними використаних методик і спостереженнями фасилітатора під час проведення занять (див. Додаток Е).

Було встановлено, що на початкових етапах учасники демонстрували обмежений рівень вербальної рефлексії, схильність до звуження активності та орієнтацію переважно на зовнішні ресурси (сім'я, оточення, матеріальні об'єкти). Ці спостереження узгоджуються з результатами первинної діагностики, яка виявила фрагментарність ідентичності та недостатню структурованість смислового простору.

У процесі реалізації програми спостерігалось поступове зростання залученості, емоційної відкритості та готовності до самопрезентації. Учасники почали активніше використовувати символічні образи, розширювати простір малюнка, використовувати різні кольори на малюнках, інтегрувати різні аспекти досвіду та вербалізувати власні ресурси. Окремо важливим елементом аналізу стала рефлексія самих учасників: в ході рефлексій після занять арт-терапевтичної програми, було

визначено усвідомлення власних ресурсів респондентами, осмислення ідентичності, розуміння спільного і відмінного серед колективу та однолітків, поява роздумів про майбутнє почала викликати позитивні асоціації, респонденти актуалізували значущість сім'ї та власного коріння, досвіду, цінностей і національної приналежності, що характеризується переходом від ситуативного до більш осмисленого самоприйняття.

На нашу думку, не менш важливим став процес зміцнення «ми-ідентичності», яка проявилася зокрема через усвідомлення спільності (належність до групи, покоління), виділення загальних ресурсів (безпека, стабільність, розвиток), інтерпретацію спільного продукту як відображення сучасної молоді.

В підсумку, було зафіксовано розуміння можливостей арт-терапії як способу самопізнання, здатність до осмислення змін у власному сприйнятті себе, актуалізацію поняття ідентичності як динамічного та багатовимірного утворення.

На завершальному етапі ці зміни підтвердилися як у якісному аналізі творчих робіт, так і в результатах повторної діагностики, що дозволяє говорити про узгодженість даних, отриманих різними методами.

### **3.3. Результати впровадження програми та рекомендації щодо використання арт-терапевтичних методів у реабілітаційних центрах**

Узагальнюючи результати впровадження арт-терапевтичної програми, можемо відзначити її ефективність у напрямі розвитку саморефлексії, розширенні структури «Я-концепції» та поступової інтеграції та зміцнення національної ідентичності підлітків, які пережили досвід вимушеного переміщення.

Ефективність програми підтверджується як кількісними, так і якісними показниками. Зокрема, було зафіксовано зростання середньої кількості самохарактеристик, збільшення частки об'єктивних висловлювань та розширення когнітивно-рефлексивного компоненту «Я-концепції».

Водночас якісний аналіз засвідчив про змістове збагачення самоописів, появу більш цілісних, узгоджених і позитивно інтегрованих образів «Я», а також актуалізацію національно-культурного компоненту як значущого елементу самовизначення.

Порівняльний аналіз вхідних та вихідних результатів пілотної групи дозволяє стверджувати, що в умовах цілеспрямованого арт-терапевтичного впливу відбувається зниження фрагментарності самоідентифікації, посилення внутрішньої узгодженості образу «Я» та поступовий перехід від домінування зовнішньо заданих соціальних ролей до більш інтегрованої моделі ідентичності, у якій зростає роль особистісно-рефлексивного та ціннісно-сміслового компонентів.

Враховуючи вікові особливості вибірки, арт-терапевтичні методи та засоби зміцнення національної ідентичності є більш ефективними для підлітків старшого віку, що обумовлено рівнем їх психічного розвитку: зокрема, у старших підлітків спостерігається сформованість рефлексивних процесів, здатність до абстрактного мислення та символізації, що дозволяє їм працювати зі складними метафоричними та культурно-символічними образами, інтегруючи їх у структуру власної ідентичності.

Натомість у молодших підлітків ідентичність більшою мірою залишається залежною від соціальних ролей та зовнішнього оточення, а процес саморефлексії є

менш розвиненим. Для цієї вікової групи характерна орієнтація на конкретні образи, обмежена здатність до глибокої вербалізації внутрішнього досвіду та переважання ситуативних і зовнішньо зумовлених ідентифікацій.

У зв'язку з цим використання арт-терапії у роботі з молодшими підлітками потребує більшої опори на конкретно-образні, сенсомоторні та ігрові форми роботи з поступовим переходом до символічного рівня. Аналіз процесу та результатів реалізації програми, в свою чергу, дозволив виокремити ключові механізми, що забезпечили її ефективність:

1. Використання метафори та символічних образів, які виступають безпечним посередником між внутрішнім досвідом і його усвідомленням, забезпечуючи можливість опрацювання складних переживань без прямої вербалізації та сприяючи їх інтеграції.

2. Звернення до культурних образів як ресурсу, де етнокультурні символи (вишиванка, писанка, образи роду, Батьківщини тощо) функціонують не як ідеологічні конструкти, а як носії особистісно значущих смислів.

3. Формат групової роботи, який створює умови для переживання досвіду належності, взаємопідтримки та співпереживання, що є особливо важливим для підлітків із досвідом вимушеного переміщення.

4. Недирективний (ненасильницький) підхід, який передбачає відсутність нав'язування змістів, орієнтацію на індивідуальний досвід учасників та забезпечення психологічної безпеки в процесі роботи.

На основі аналізу проведених занять та спостережень за учасниками також визначено ключові умови ефективності арт-терапевтичної роботи. До них, в свою чергу, відносимо:

- створення психологічно безпечного середовища;
- дотримання принципу поступовості (від стабілізації до глибинної роботи з ідентичністю);
- забезпечення добровільності участі та поваги до особистісних меж; вікова й психоемоційна адаптація вправ;

- використання травмоінформованого підходу; поєднання індивідуальної та групової форм роботи.

В підсумку отриманих результатів сформульовано такі практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи, психологів та працівників реабілітаційних центрів:

1. Впровадження арт-терапевтичних програм доцільно здійснювати з поступовим введенням теми ідентичності через ресурсні та символічні практики, забезпечуючи екологічність і безпечність взаємодії.

2. Доцільно гнучко використовувати різні арт-терапевтичні техніки (малювання, ліплення, колаж, робота з символами), адаптуючи їх до вікових, індивідуальних та психоемоційних особливостей учасників, а також враховувати травматичний досвід.

3. У роботі з молодшими підлітками варто робити акцент на конкретно-образних і сенсомоторних формах діяльності, поступово переходячи до символізації, тоді як зі старшими підлітками доцільно використовувати більш складні рефлексивні та метафоричні техніки.

4. У процесі роботи з травматичним досвідом необхідно уникати прямої актуалізації травматичних подій, використовуючи символ як «контейнер» переживань та забезпечуючи варіативність участі відповідно до емоційного стану.

5. Організаційні рекомендації передбачають інтеграцію арт-терапевтичних програм у систему психосоціальної підтримки, підготовку фахівців, а також адаптацію програм до умов конкретного закладу та потреб цільової групи.

Отримані результати стали також основою для розробки методичних рекомендацій та авторського методичного посібника «Творимо національну ідентичність: вправи та техніки арт-терапії», орієнтованого на використання у реабілітаційних та освітніх закладах.

Концептуальна основа посібника базується на положеннях про те, що ідентичність формується через досвід, символ виступає безпечним посередником у його осмисленні, а культура розглядається як ресурс.

Структура посібника включає теоретичний блок, програму занять (за логікою блоків «Земля», «Захист», «Рід», «Символ», «Центр», «Спільнота», «Майбутнє»), опис вправ та практичні рекомендації для фахівців (див. Додаток Ж).

Логіка побудови програми відображає послідовний перехід від відновлення відчуття безпеки до розвитку суб'єктності (див. Додаток К): стабілізація («Земля», «Захист»), інтеграція досвіду («Рід», «Центр»), інтеріоризація культурного змісту («Символ»), формування належності («Спільнота»), орієнтація на майбутнє («Майбутнє»).

У перспективі впровадження даного посібника може сприяти систематизації використання арт-терапевтичних засобів в соціально-реабілітаційній роботі та підвищенню ефективності програм психосоціальної підтримки підлітків та дітей, травмованих війною.

### Висновки до розділу 3

У результаті реалізації арт-терапевтичної програми було зафіксовано позитивні зміни у соціально-психологічному та особистісному розвитку підлітків, які пережили досвід вимушеного переміщення.

Узагальнюючи отриманих емпіричних даних, можна відзначити, що запропонована програма є ефективним інструментом арт-терапевтичного та реабілітаційного впливу, спрямованого на розвиток саморефлексії, розширення структури «Я-концепції» та зміцнення національної ідентичності.

У процесі впровадження програми було зафіксовано як кількісні, так і якісні позитивні зміни. Зокрема, кількісно вони були проявлені у зростанні обсягу самохарактеристик та збільшенні частки об'єктивних і рефлексивних висловлювань, що свідчить про підвищення рівня саморефлексії та усвідомлення власної ідентичності.

Якісні зміни були проявлені в ускладненні змісту самоописів, появі більш цілісних, внутрішньо узгоджених і позитивно інтегрованих образів «Я», а також у включенні національно-культурного компоненту як значущого елементу самовизначення.

Порівняльний аналіз вхідних та вихідних результатів підтвердив ефективність цілеспрямованого арт-терапевтичного впливу: зокрема, зафіксовано зниження рівня фрагментарності самоідентифікації, посилення внутрішньої узгодженості образу «Я» та поступовий перехід від домінування зовнішньо детермінованих соціальних ролей до більш інтегрованої, ціннісно осмисленої структури ідентичності.

Встановлено, що ключовими механізмами ефективності програми виступають: використання символічних і метафоричних засобів як безпечного каналу доступу до внутрішнього досвіду; звернення до етнокультурних образів як ресурсу особистісного смислотворення; організація групової взаємодії, що забезпечує переживання належності та підтримки; а також недирективний,

травмоінформований підхід, який мінімізує психологічний опір і сприяє екологічному опрацюванню переживань.

Отримані результати дозволяють стверджувати, що арт-терапевтична програма забезпечує не лише актуалізацію ресурсів, а й сприяє глибинній смисловій інтеграції досвіду, формуванню більш структурованої та ієрархізованої системи уявлень про себе, а також включенню національної ідентичності до структури «Я» як значущого ціннісного компонента.

Таким чином, реалізована програма довела свою ефективність як засіб психологічної підтримки та психосоціальної реабілітації підлітків, які пережили травматичний досвід, включно з досвідом вимушеного переміщення. Отримані результати підтверджують доцільність і перспективність використання арт-терапевтичних методів у практиці соціальної роботи та психологічної допомоги дітям і підліткам, які зазнали психотравмуючих впливів.

Окремо слід зазначити, що результати дослідження стали підґрунтям для розробки практичних рекомендацій та авторського методичного посібника, спрямованого на впровадження арт-терапевтичних підходів у діяльність реабілітаційних та освітніх закладів.

## ВИСНОВКИ

Відповідно до визначених завдань дослідження, сформульовано ряд загальних висновків:

1. У результаті теоретичного аналізу визначено, що національна ідентичність є багатовимірним психосоціальним феноменом, який охоплює когнітивний, емоційно-ціннісний, мотиваційно-поведінковий та рефлексивний компоненти.

Вона формується під впливом соціального середовища, культурного контексту та індивідуального досвіду, виконуючи не лише інтегративну, а й стабілізуючу функцію для особистості.

Також визначено, що підлітковий вік є сенситивним періодом для формування ідентичності, при цьому у внутрішньо переміщених підлітків цей процес ускладнюється травматичним досвідом, що може призводити до фрагментарності та невизначеності «Я-концепції».

2. Проаналізовано можливості арт-терапії як ефективного інструменту зміцнення національної ідентичності підлітків, які пережили досвід війни та вимушеного переміщення.

Визначено, що арт-терапевтичні засоби забезпечують безпечне середовище для символічного самовираження, емоційної стабілізації та інтеграції особистісного досвіду.

Найбільш ефективними виявилися практики, що поєднують творчу діяльність із культурно орієнтованими практиками (робота з символами, орнаментами, образами роду, традиційними формами мистецтва), які сприяють формуванню позитивного зв'язку з національною культурою.

3. Розроблено та апробовано пілотну програму арт-терапевтичних занять, спрямовану на зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків. Результати її впровадження підтвердили ефективність програми як на кількісному, так і на якісному рівнях.

За результатами методики «Хто я?» (Kuhn & McPartland, 1954) зафіксовано зростання рівня саморефлексії: збільшення кількості самохарактеристик (зокрема

кількість у 183 самохарактеристики із максимально можливих 320 (57,2%) зростає до 191 (59,7%); зростання частки об'єктивних висловлювань, зокрема просторово-соціальних ідентифікацій (з 8% до 9%) та національно-культурних маркерів (з 6% до 10%) від загальної кількості об'єктивних самохарактеристик; розширення та структурування «Я-концепції», а також актуалізацію національно-культурного компоненту як значущого елементу самовизначення.

Водночас повторний зріз засвідчив зростання частки позитивно забарвлених характеристик (з 74% до 82%) та зменшення негативних і амбівалентних суджень, як прояв стабілізації самооцінки та зниження внутрішньої напруги. Також було зафіксовано зменшення фрагментарності самоопису (з 21% до 15%, відповіді стали більш узагальненими та структурованими, що вказує на формування більш цілісного образу «Я».

За результатами проєктивної методики «Географія візуальних образів» (Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017) було зафіксовано появу нових смислових категорій на малюнках, зокрема образів досвіду та спогадів (56,3%), образів майбутнього та цілей (50%), а також внутрішні ресурси (віра, «любов», цінності), які були представлені у 37,5% респондентів, зафіксовано зменшення частки фрагментарних образів (орієнтовно з 30% до 18%) та зростання кількості цілісних, композиційно організованих візуальних структур.

Особливо показовим стало зростання частки національної символіки до 43,7%. Якісний аналіз та триангуляція даних (спостереження, рефлексії, творчі роботи) засвідчив поступове зростання емоційної відкритості, залученості, готовності до самопрезентації та здатності до використання символічних образів, в тому числі і національно-культурних.

4. Визначено ключові механізми ефективності арт-терапевтичної програми, серед яких: використання метафори та символу як безпечного посередника у роботі з внутрішнім досвідом; звернення до етнокультурних ресурсів як джерела смислів і цінностей; групова взаємодія як чинник формування

досвіду належності; а також недирективний і травмоінформований підхід, що забезпечує психологічну безпеку та знижує рівень опору.

У сукупності ці механізми сприяють переходу від зовнішньо детермінованих форм ідентичності до більш інтегрованої, особистісно осмисленої структури «Я».

5. На основі отриманих результатів розроблено методичні рекомендації для фахівців соціальної роботи, психологів та працівників реабілітаційних центрів щодо ефективного використання арт-терапевтичних методів у роботі з підлітками, які пережили травматичний досвід.

Рекомендації передбачають: поступове введення теми ідентичності через ресурсні та символічні практики; орієнтацію на особистісно значущий, а не ідеологічно заданий зміст; забезпечення психологічної безпеки та добровільності участі; адаптацію методів відповідно до вікових і індивідуальних особливостей; використання метафори як ключового інструменту роботи з внутрішнім досвідом; інтеграцію етнокультурних елементів у непрямій формі.

Окремо обґрунтовано необхідність травмоінформованого підходу, що передбачає уникнення прямої актуалізації травматичних переживань та використання символу як безпечного «контейнера» емоційного досвіду.

Додатково встановлено, що ефективність арт-терапевтичної роботи у зміцненні національної ідентичності варіюється залежно від віку: для старших підлітків вона є більш результативною завдяки сформованості рефлексії, розвитку абстрактного мислення та здатності до символізації; у роботі з молодшими підлітками доцільно використовувати більш конкретні образи, зменшувати вимоги до вербалізації та враховувати вищу залежність від соціально заданих ролей.

Таким чином, результати дослідження підтверджують висунуту гіпотезу про те, що цілеспрямоване використання арт-терапевтичних методів із національно-культурним змістом сприяє зміцненню національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків, що проявляється у зростанні кількості та значущості національно маркованих характеристик у структурі «Я-концепції», підвищенні рівня емоційно-позитивного ставлення до власної національної належності,

зниженні фрагментарності самоідентифікації та формуванні більш цілісного й інтегрованого образу «Я». Відтак, отримані емпіричні дані підтверджують ефективність арт-терапевтичної програми та можливості у її використанні в умовах психосоціальної реабілітації підлітків, які пережили травматичний досвід.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєнко, Т. Ф. (2020). Можливості й ризику конструювання нової ідентичності у вимушених переселенців (мігрантів). *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*, 1(24), 4-16.
2. Асєєва, Г. (2023). Внутрішньо переміщені особи підліткового віку та особливості розвитку їх особистісної ідентичності. *Молодь і ринок*, (11/219), 137-142.
3. Байдарова, О. (2025) Мовна поведінка українських дітей у білінгвальному середовищі, обтяженому постколоніальним досвідом. Дитина в тривожному середовищі: розвивальні і відновлювальні практики: Збірник тез V Всеукр. форуму за міжнар. участі (Київ, 30 – 31.05.2025 р.) / за ред. О. Чуйко. Київ: Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка. 17–20.
4. Бевз, Т. (2022). Вплив глобалізації на утвердження національної ідентичності в умовах війни: виклики і загрози. *Українознавство*, (3 (84)), 8-26.
5. Бедіченко, О., & Раєвська, Я. (2024). Концепції та методики арт-терапії: розвиток і впровадження в Україні. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, (3 (64)), 5-11. <https://doi.org/10.32689/maur.psych.2024.3.1>
6. Березуєва, Т. С. Реабілітація в дітей з посттравматичним стресовим розладом методами арт-терапії. *ББК 75я431 А 43*, 17.
7. Бех, І. Д., Докукіна, О. М., Федоренко, С. В., Шкільна, І. М., & Журба, К. О. (2019). Формування в учнів основної школи національно-культурної ідентичності в контексті сучасних полікультурних впливів, К., 114 с.
8. Бех, І. Д., Журба, К. О., & Шкільна, І. М. (2017). Формування у підлітків національно-культурної ідентичності у загальноосвітніх навчальних закладах (констатувальний етап дослідження): науково-методичний посібник. Черкаси: ЧОШОПП. 83 с.
9. Бичко, О. В. (2007). Профілі української ідентичності. *Соціально психологічний аналіз: Монографія*, 281 с.

9. Біскуп, М., & Волинець, Н. (2024). Психологічні заходи підвищення стресостійкості внутрішньо переміщених осіб. *Grail of Science*, (40), 521-526.
10. Бойко, Г. В., Бутченко, Т. І., & Широбокова, О. О. (2025). Арттерапія як інструмент тренінгових технологій у соціальній роботі в умовах воєнного стану. *Olympticus : науковий журнал*. № 1. – С. 51-59.
11. Бойко, С. (2022). Формування національної ідентичності української молоді в умовах російсько-української війни. *Українознавчий альманах*, 30, 17-22.
12. Бойко, С. (2025). Національна ідентичність як основа стійкості молоді в умовах війни: освітній та виховний потенціал. *Нові технології навчання*, (99), 16-28.
13. Бокарева, Ю. С., & Гузенко, Ю. (2018). *Сучасні мандали як приклад арт-терапії* (Doctoral dissertation, Гузенко Ю. Сучасні мандали як приклад арт-терапії/Ю. Гузенко, ЮС Бокарева // Збірник матеріалів 18-ї Міжнародної науково-технічної конференції студентів і аспірантів «друкарство молоде», м. Київ, 2018 року. Київ: ВПІ КПІ ім. І. Сікорського, 2018. 236–237.
14. Бриль, М. (2024). Ресурсна лялька як засіб самопідтримки в арт-терапії в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 33(3-4), 7-19. <https://doi.org/10.31108/2.2024.3.33.1>
15. Бриль, М. (2024). Ресурсна лялька як засіб самопідтримки в арт-терапії в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 33(3-4), 7-19. <https://doi.org/10.31108/2.2024.3.33.1>
16. Вознесенська, О. Л. (2014). Арт-терапія в Україні: стан та перспективи розвитку. *Львівсько-Ряшівські наукові зошити: Культура–Мистецтво–Освіта–терапія в міждисциплінарній перспективі*, 2, 93-103.
17. Вознесенська, О. Л. (2015). Арт-терапія в роботі з вимушеними переселенцями. *Простір арт-терапії*, 2(18), 23-41.
18. Вознесенська, О. Л. (2018). Лялькотерапія: особливості та ризики використання ляльки в терапії. *Простір арт-терапії*, 1(23), 12-25.

19. Вознесенська, О. Л. (2023). Арт-терапія в часи війни: можливості опанування наслідків психотравм. 379-381.
20. Вознесенська, О., Робело-Тимченко, Н., Спейзер, В. М., Спейзер, Ф., & Старовойтов, А. (2023). Арттерапія в роботі з колективною травмою. *Простір арттерапії*, 4-26.
21. Герегова, С., & Іванчук, М. (2024). Формування національної ідентичності сучасної української молоді: культурний вимір. *Науковий вісник Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Історія*, (60), 68-76.
22. Головаха, Є. (2021). Національна ідентичність – це ключове питання для суспільства. *Голос України*. <http://www.golos.com.ua/article/350002>
23. Гомон, А., & Білецька, І. (2024). Мова як символ національної ідентичності в контексті російсько-українського конфлікту. *Європейський часопис. Європейська хроніка*, 9 (2), 17–27.
24. Горінов, П. В., & Драпушко, Р. Г. (2022). Становлення національної ідентичності українців як основа національної безпеки Української держави. *Юридичний науковий електронний журнал*, 10.
25. Горностай, П. (2023). Мистецтво в подоланні колективної травми війни. *Простір арттерапії: мистецтво відновлення психічного здоров'я в часи війни: матеріали XX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (31 березня – 2 квітня 2023 р.) / за наук. ред. О. Л. Вознесенської, Л. О. Подкоритової*. Київ., 19–22.
26. Дзюба, Т. М. (2023). Арт-терапія в роботі з травматичним досвідом підлітків. *Редакційна колегія*, 69.
27. Дячук, І., & Ситнікова, Д. (2023). Нематеріальна культурна спадщина як основа національної ідентичності та безпеки. Традиційна культура в умовах глобалізації: нові вектори розвитку: матеріали науково-практичної конференції (29–30 червня 2023 року), с. 62–69.

28. Журба, К., Бех, І., Бойко, С., Євтушок, В., Гаряча, С., Канішевська, Л., Кучинська, І., Кучинський, С., Лісовець, О., Нестайко, І., Павлова, Л., Рагозіна, В., Рейпольська, О., Сеньовська, Н., Толочко, С., Федоренко, С., Шкільна, І., & Ясько, В. (2024). Утвердження української національної та громадянської ідентичності [Монографія]. Київ: Компрінт. 232 с.
29. Закон України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності» [Law of Ukraine «About the main principles of state policy in the sphere of the establishment of Ukrainian national and civil identity»], Київ, 2022. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2834-20#Text>
30. Залізник, Г. (2023). Мова як індикатор української національної ідентичності та цивілізаційного вибору киян. *Українська мова*, 2(86), 72-83.
31. Замашкіна, О. (2019). Соціалізація підлітків: можливості застосування арт-терапії. *Традиції та інновації в сучасній педагогічній діяльності: європейський вимір*. 34-36.
32. Зливков, В., Лукомська, С., Євдокимова, Н., & Ліпінська, С. (2023). Діти і війна: монографія. *ПП Лисенко М. М.*, 221.
33. Калька Н., & Ковальчук З. (2020). Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. К563 Львів : ЛьвДУВС, 232.
34. Калька, Н., & Одинцова, Г. (2023). Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи. Колективна монографія. Львів: ЛьвДУВС, 283.
35. Калька, Н., Ковальчук, З., & Одинцова, Г. (2021). Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник. Ч. 2. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 148.
36. Канішевська, Л. (2020). Феномен «національно-культурна ідентичність» як проблема сучасного вітчизняного педагогічного дискурсу. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 34(3), 204-210.
37. Кириченко, В. (2024). Колективні травми українців та національна ідентичність. *Журнал соціальної та практичної психології*, (4), 56-60.

38. Коваленко, А. Б., & Остапенко, І. В. (Ред.). (2023). Проблеми розвитку ідентичності особистості в освітньому просторі: матеріали II круглого столу (19 жовтня 2023 року) / Збірник матеріалів, електронне видання. Київ: Міленіум; ВЦ «Просвіта», 152
39. Козловець, М. А. (2011). Національна ідентичність як соціокультурний феномен. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*, (60), 3-11.
40. Козоріз, А. В. (2025). Лялька-мотанка в контексті народних традицій і сучасних культурних практик. *Література та культура Полісся*, 112(26f), 217-226.
41. Косович, О. В. (2019). Мова та національна ідентичність. *ФОП Осадца Ю. В.* 203.
42. Кудінова, М., & Кожанова, Д. (2024). Психологічні особливості внутрішньо переміщених осіб: теоретичний аналіз проблеми. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*, (2 (63)), 17-24.
43. Левченко, В. В. (2016). Особистісна ідентичність у процесі адаптації в ситуації життєвих змін. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*, 1, 78–86.
44. Лозова, О. М. (2011). Методологія психосемантичних досліджень етносу: монографія. *Київ: Слово*, 25-39.
45. Максим, О. В. (2025). Трансформація системи цінностей під час війни: теорія і практика корекції. *Наукові перспективи (Серія «Державне управління», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Медицина», Серія «Педагогіка», Серія «Психологія»)*, 9(63), 1742-1755.
46. Матвієнко, О. В., & Силенко, Н. І. (2022). Вплив української народної педагогіки на формування національно-культурної ідентичності учнів молодшого шкільного віку. *Інноваційна педагогіка*, (44 (1)), 175-180.

47. Михлюк, Е., & Логовський, І. (2024). Психологічні особливості життєстійкості внутрішньо переміщених осіб. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, (1(7)), 105–117.
48. Мірошніченко, О. А. (2024). Арт-технології: Навчально-методичний посібник. *ТОВ «Видавничий дім Бук-Друк»*. 180.
49. Новгородський, Р. Г. (2025). Інтеграція арт-терапії в освітнє середовище для підтримки дітей, які пережили воєнні дії. *Наукові записки. Серія "Психолого-педагогічні науки" (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя)*, (3), 230–236. <https://doi.org/10.31654/2663-4902-2025-PP-3-230-236>
50. Овчарук, О. В. (2024). Українські національні культурні традиції у відновленні ментального здоров'я українського суспільства під час війни. *М 65 Мистецтво та Освіта: Новації І Перспективи: матеріали*, 62.
51. Олійник, І. В. (2018). Арт-терапія як одна з інноваційних психолого-педагогічних технологій у професійній діяльності соціальних працівників. *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*, (61), 208-213.
52. Омельченко, Л. (2025). Особливості адаптації внутрішньо переміщених підлітків до нових умов життєдіяльності. *Психологія особистості й суспільства у вимірах війни і миру: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції, Київ, 22 травня 2025 р. Київ: НУБіП України, 2025. 152 с., 107.*
53. Остапенко, І. В. (2014). Особливості використання проективної техніки колаж для дослідження уявлень студентської молоді про владні режими. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*, (2), 187-192.
54. Питак, Ю. (2025). Вплив арт-терапевтичних практик на процес прийняття втрати в психоемоційному відновленні. *Особистість і суспільство: психосоціальні виміри квітальної взаємодії: матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції, (м. Тернопіль, Західноукраїнський національний університет, 30 квітня 2025 р.). Тернопіль: ЗУНУ, 2025. 421 с., 40.*

55. Побірченко, О. (2025). Подолання травм війни та збереження національної ідентичності засобами народного мистецтва. Естетичні засади розвитку педагогічної майстерності викладачів мистецьких дисциплін: Матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції (Умань, 15 – 16.05.2025 р.) / за ред. І. Терешко та ін. Умань: Уман. держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, 94–99.
56. Подольська, Г. Ю. (2022). Символи стабілізації стану особистості в роботі з травматичним стресом в методі глинотерапія. Перспективи розвитку сучасної психології: Збірник наукових праць, 10. (2022 р.) / ред. Г. Хомич. Переяслав: ун-т Григорія Сковороди, 54–59.
57. Пономарьова, В. & Николаєва, В., (2023). Соціальна адаптація ВПО у територіальній громаді за новим місцем проживання в умовах воєнного стану. *Ввічливість. Humanitas*, 1, 79–85, doi: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.1.11>
58. Попов, Б. (Ред.). (1993). Етнос і соціум. Наукова думка. 169 с.
59. Руденко, Ю. Ю. (2018). Арт-терапія у соціальній роботі. URL: <https://cusu.edu.ua/images/files-2018/conf-18-05-2018/Rudenko.pdf>
60. Скринник, З. Е., & Смовженко, Т. С. (2015). Українська людина в європейському світі: виміри ідентичності. К.: УВС НБУ, 609.
61. Соснюк, О. П. & Остапенко, І. В. (2017). Психосемантичні особливості національної та громадянської ідентичності студентської молоді. *Український психологічний журнал*, 2 (4), 164–176
62. Стахова, О. О. (2025). Психологічні особливості стресостійкості неповнолітніх із числа внутрішньо переміщених осіб. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*, (58), 4268-4280.
63. Стегній, О. (2020). Національна ідентичність. *Енциклопедія Сучасної України*. <https://esu.com.ua/article-71062>
64. Столярчук, О. А., & Жорова, С. С. (2023). Психологічне благополуччя внутрішньо переміщених підлітків. *Науковий журнал "Габітус"*, (52), 94-98.

65. Таранцов, Є. Ю., Гребенюк, Д. І., & Валика, Н. В. (2024). Психологічні особливості адаптації та інтеграції в громади внутрішньо переміщених осіб. *Journal of Psychology Research*, 30(13), 90-100.
66. Тараріна, О. В. (2018). Практикум з арт-терапії в роботі з дітьми. *Київ: Астамір*, 3, 256.
67. Титаренко О. І. (2015). Використання арт-терапії в психолого-педагогічному супроводі освітнього процесу. *Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти*, 10. [https://virtkafedra.ucoz.ua/el\\_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf](https://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf).
68. Тітор, Д., & Шостак, В. (2023). Еволюція форм та символіка орнаментів української вишивки. *Актуальні питання гуманітарних наук*, (68 (2)), 125-133.
69. Тютюнник, Л. Л. (2020). Поняття стресостійкості особистості в сучасному науковому дискурсі. *Психологія особистості*, 13-2.
70. Федорчук, О. А., & Ковальов, О. Г. (2022). Національна ідентичність як генетична матриця українського народу. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи*, 2(29), 42-48.
71. Чепа, М. Л., Савіна, М. І., Солодчук, С. Є., & Ковтунович, Т. В. (2015). Навчально-методичні проблеми розробки сценаріїв реалізації конструктивних функцій етнокультури в інформаційному суспільстві.
72. Чернуха, В. П. (2020). Національна ідентичність як індикатор сформованої особистості. *Національна ідентичність як проблема науки й освіти*, 307–312.
73. Чикур, Л. Д. (2023). Трансформація національної, етнічної та регіональної ідентичності студентів в умовах воєнного стану. *Проблеми розвитку ідентичності особистості в освітньому просторі: Матеріали II круглого столу (19.10.2023 р.)*. Міленіум; ВЦ «Просвіта» / за ред. Коваленко & І. В. Остапенко. Київ: Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка, 141–152.

74. Чуйко, О. (2017). Зарубіжні моделі психосоціальної реабілітації дітей, травмованих війною. *Український психологічний журнал: збірник наукових праць /головн.ред.І.В.Данилюк КНУ імені Тараса Шевченка*. К. №1(3) 192-204.
75. Чуйко, О. В. (2021). Психологічне благополуччя дитини: від методології оцінювання до прикладних практик. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка: Серія «Соціальна робота»*. Том 1. 62-68.
76. Чуйко, О. В. (2022). Вимушено переміщена дитина у закордонному освітньому середовищі: виклики і досвід. *Збірник тез (17 листопада 2022 року, Київ)/за ред. О. Чуйко.–Київ: КНУ імені Тараса Шевченка*, 66-70.
77. Чуйко, О. В., Кунцевська, А. В., Тохтамиш, О. М. та ін. (2021). Сучасні теорія і практика соціальної реабілітації : монографія (О. В. Чуйко, Ред.). ВПЦ «Київський університет», 337. ISBN 978-966-933-183-0
78. Чупрінова, Н. Ю., Севрук, І. І., & Соколовська, Ю. В. (2024). Історична пам'ять та національна ідентичність в умовах російсько-української війни (2014–2024 рр.). *Вчені записки ТНУ імені ВІ Вернадського. Серія: Історичні науки*, 35(74), 95-99.
79. Швед, М. П. Арт-терапія як метод психосоціальної підтримки дітей-біженців з травматичним досвідом. *Вчені записки*, 133.
80. Шкільна, І. (2018). Формування національно-культурної ідентичності старших підлітків в умовах пограниччя. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*, (22), 295-306.
81. Яновська, Т. (2019). Особливості застосування методів арт-терапії у роботі з підлітками в період становлення самосвідомості. *Молодий вчений*, 5 (69), 79-81. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-5-69-16>

82. UNICEF (2026). Чотири роки війни: понад третина українських дітей залишаються переміщеними. <https://www.unicef.org/ukraine/press-releases/more-third-ukraines-children-remain-displaced-four-years-war-unicef>
83. Al-Hyari, S., Butros, R. (2023). Social Work with Displaced Children. In: Murakami, N.J., Akilova, M. (eds) Integrative Social Work Practice with Refugees, Asylum Seekers, and Other Forcibly Displaced Persons. Essential Clinical Social Work Series. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-12600-0\\_18](https://doi.org/10.1007/978-3-031-12600-0_18)
84. Beaumont, S. L. (2012). Art Therapy Approaches for Identity Problems during Adolescence. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 25(1), 7–14. <https://doi.org/10.1080/08322473.2012.11415557>
85. Beketova, H., Gan, R., Nedostup, I., Gan, T., & Horiacheva, I. (2025). Psychoemotional characteristics of internally displaced adolescents. *East Ukr Med J*. 13(3):770-779. DOI: [https://doi.org/10.21272/eumj.2025;13\(3\):770-779](https://doi.org/10.21272/eumj.2025;13(3):770-779)
86. Eras, L. (2023). War, identity politics, and attitudes toward a linguistic minority: Prejudice against Russian-speaking Ukrainians in Ukraine between 1995 and 2018. *Nationalities Papers*, 51(1), 114-135. <https://doi.org/10.1017/nps.2021.100>
87. Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W. W. Norton & Company. <https://archive.org/details/dli.ernet.19961>
88. Fukuyama, F. (2018). Why national identity matters. *Journal of Democracy*, 29(4), 5-15.
89. Jung, C. G. (1951). *Aion: Researches into the Phenomenology of the Self*. Routledge.
90. Kanishevskaya, L., & Potapchuk, T. (2020). Theoretical aspects of the national and cultural identity formation among student's youth. *Znanstvena Misel*, (49-2), 43-46.
91. Kapitan, L. (2025). *Introduction to art therapy research*. Routledge. New York. P. 333.
92. Kuhn, M. H., & McPartland, T. S. (1954). An empirical investigation of self-attitudes. *American Sociological Review*, 19(1), 68–76. <https://doi.org/10.2307/2088175>

93. Parisian, K. (2015). Identity Formation: Art Therapy and an Adolescent's Search for Self and Belonging. *Art Therapy*, 32(3), 130–135. <https://doi.org/10.1080/07421656.2015.1061257>
94. Beaumont, S. L. (2012). Art Therapy Approaches for Identity Problems during Adolescence. *Canadian Art Therapy Association Journal*, 25(1), 7–14. <https://doi.org/10.1080/08322473.2012.11415557>
95. Wood, C., & Mckoy-Lewens, J. (2023). An art therapy education response: linking inequality and intersectional identity. *International Journal of Art Therapy*, 28(1–2), 28–37. <https://doi.org/10.1080/17454832.2023.2175000>
96. Lazarenko, V. (2020). Mapping identities: Narratives of displacement in Ukraine. *Emotion, Space and Society*, 35, 100674.
97. Hogg, L., & Volman, M. (2020). A synthesis of funds of identity research: Purposes, tools, pedagogical approaches, and outcomes. *Review of Educational Research*, 90(6), 862-895.

## ДОДАТКИ

### ДОДАТОК А

#### **Методика «Хто я?» для дослідження структури самоідентифікації та виявлення проявів національної ідентичності (Kuhn & McPartland, 1954)**

*Шановний учаснику(-це)!*

*Протягом 12 хвилин дайте 20 відповідей на запитання «Хто я?». Записуйте їх у довільному порядку, спонтанно, не обдумуючи надто довго. Відповіді мають бути короткими (слово, фраза або коротке твердження), без повторів.*

*Після цього оцініть кожну характеристику як позитивну (+), негативну (-), суперечливу (±) або таку, що важко піддається оцінці (?).*

*Правильних чи неправильних відповідей немає. Усі результати є конфіденційними та використовуються лише для наукового дослідження. Дякую!*

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_
12. \_\_\_\_\_
13. \_\_\_\_\_
14. \_\_\_\_\_
15. \_\_\_\_\_
16. \_\_\_\_\_
17. \_\_\_\_\_
18. \_\_\_\_\_
19. \_\_\_\_\_
20. \_\_\_\_\_

**Адаптована методика «Географія візуальних образів» відповідно до особливостей категорії підлітків ВПО**

(Остапенко, 2014; Соснюк & Остапенко, 2017)

**Заняття «Намалюй себе тут – у Вільній Україні»**

**Мета:** дослідження структури самоідентифікації підлітків через просторові образи; м'яка актуалізація значущих для особистості людей, місць, досвідів і цінностей; створення безпечного простору для символічного вираження власного «Я» у різних життєвих контекстах.

**Орієнтовна тривалість:** 60-90 хв.

**План заняття:**

1. Вступ (10 хв).
2. Основний етап заняття (25-30 хв).
3. Рефлексія (30 хв).
4. Завершення (10-20 хв).

**Матеріали:** аркуші А4, прості олівці, кольорові олівці, гумки.

**Хід роботи**

**1. Вступ (10 хв).**

Ведучий фахівець звертається до групи: *«Сьогодні ми будемо працювати з образами та простором. У кожної людини є своя внутрішня «карта» – карта важливих людей, місць, подій, досвідів і мрій. Іноді такі речі легше показати через образи, ніж пояснити словами. Ми спробуємо створити власну символічну карту. Тут немає правильних або неправильних малюнків. Художні здібності зовсім не мають значення».*

**Примітка:** Необхідно уточнити, що учасники можуть малювати будь-які образи, щось можуть позначити символом або словом, щось можуть не малювати або не пояснювати.

**2. Основний етап заняття (25-30 хв).**

Інструкція для групи: *«Перед Вами аркуш паперу. Уявіть, що це простір Вашого внутрішнього світу – своєрідна мапа. У центрі аркуша намалюйте образ себе таким, яким Ви відчуваєте себе зараз. Це може бути фігура людини, символ, знак або будь-який образ, який асоціюється з вами. Підпишіть цей образ. Після цього розмістіть на аркуші інші образи, які для вас важливі. Це можуть бути: люди, місця, події, заняття, мрії, цінності, символи, та/або те, що дає вам силу або підтримку. Розміщуйте ці образи на різній відстані від себе. Те, що ближче – можливо, сильніше пов'язане з вами. Те, що далі – може бути менш важливим для вас».*

**Примітка:** учасники можуть малювати лінії між образами, позначати дороги, мости або межі, створювати «острови» або «континенти», використовувати кольори для передачі настрою. Кожен образ бажано коротко підписати. Якщо якийсь образ викликає складні почуття, учасники можуть намалювати його умовно, символом або просто позначити словом.

### 3. Рефлексія (20-30 хв)

Питання на обговорення (добровільні):

- *«Що Вам було найпростіше зобразити?»*
- *«Чи є щось, що стало для Вас несподіваним під час малювання?»*
- *«Які з образів сподобалися Вам найбільше?»*

### 4. Завершення (10 хв)

Перед закінченням ведучий звертається до групи: *«Подивіться ще раз на свою карту. Знайдіть на ній щось, що дає Вам опору або силу. Якщо б Ви хотіли додати на цю карту ще один образ підтримки, що це могло б бути?»*.

**Примітка:** учасники можуть домалювати символ, додати слово, намалювати ресурсний образ.

**Гайд напівструктурованого інтерв'ю щодо впровадження арт-терапевтичних програм у освітньому та реабілітаційному середовищах з метою підтримки національної ідентичності дітей, травмованих війною**

**Мета інтерв'ю – вивчити наявний досвід та експертну думку щодо доцільності розробки арт-терапевтичної програми зміцнення національної ідентичності підлітків ВПО.**

*1. Який досвід має Ваша організація у роботі з підлітками ВПО? Які основні напрями програм реалізуються? (реабілітаційні, стабілізаційні, освітні, інтеграційні тощо).*

*2. Чи використовуються у Вашій практиці арт-терапевтичні методи? Якщо так – у якому форматі та з якою метою? (індивідуально/групово; короткотривалі/довготривалі програми).*

*3. Чи приділяється у Ваших програмах увага питанням національної ідентичності підлітків? Яким чином це відбувається?*

*4. Які психологічні та соціальні потреби Ви спостерігаєте у підлітків ВПО після переміщення в нове середовище? (ідентичність, приналежність, безпека, адаптація, стигматизація тощо).*

*5. Наскільки, на Вашу думку, питання національної ідентичності є актуальним для підлітків ВПО? Чи потребують вони окремої роботи в цьому напрямі?*

*6. Чи вважаєте Ви доречним включення арт-терапевтичних занять з національно-культурним змістом у реабілітаційні та/або стабілізаційні програми? Чому?*

*7. На Вашу думку, які потенційні позитивні ефекти може мати робота з національною ідентичністю через арт-терапію для підлітків ВПО? (наприклад: відчуття приналежності, стабілізація, ресурсність, суб'єктність).*

*8. Які ризики або труднощі Ви бачите у впровадженні таких програм? (політизація теми, різні регіональні ідентичності, травматичний досвід, супротив підлітків тощо).*

*9. Які організаційні або методичні бар'єри можуть виникнути при впровадженні програм, спрямованих на зміцнення національної ідентичності? (підготовка фахівців, ресурси, етичні питання, підтримка донорів).*

*10. Наскільки Ви оцінюєте важливість створення спеціалізованої арт-терапевтичної програми, спрямованої на зміцнення національної ідентичності підлітків ВПО? Які ключові принципи вона повинна враховувати?*

## Арт-терапевтична програма зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків

### Структура програми:

1. Заняття №1. «Намалюй себе тут – у Вільній Україні».
2. Заняття №2. «Моя внутрішня сила».
3. Заняття №3. «Культурні образи як ресурс: Вишиванка мого роду та писанкарство».
4. Заняття №4. «Ми: спільний візерунок».
5. Заняття №5. «Я і ми: мій простір у Вільній Україні».

### Заняття №1. «Намалюй себе тут – у Вільній Україні»

**Мета:** дослідження структури самоідентифікації підлітків через просторові образи; м'яка актуалізація значущих для особистості людей, місць, досвідів і цінностей; створення безпечного простору для символічного вираження власного «Я» у різних життєвих контекстах.

**Орієнтовна тривалість:** 60-90 хв.

#### План заняття:

1. Вступ (10 хв).
2. Основний етап заняття (25-30 хв).
3. Рефлексія (30 хв).
4. Завершення (10-20 хв).

**Матеріали:** аркуші А3, прості олівці, кольорові олівці, гумки.

#### Хід роботи

##### 1. Вступ (10 хв).

Ведучий фахівець звертається до групи: *«Сьогодні ми будемо працювати з образами та простором. У кожної людини є своя внутрішня «карта» – карта важливих людей, місць, подій, досвідів і мрій. Іноді такі речі легше показати через образи, ніж пояснити словами. Ми спробуємо створити власну символічну карту. Тут немає правильних або неправильних малюнків. Художні здібності зовсім не мають значення».*

**Примітка:** Необхідно уточнити, що учасники можуть малювати будь-які образи, щось можуть позначити символом або словом, щось можуть не малювати або не пояснювати.

##### 2. Основний етап заняття (25-30 хв).

Інструкція для групи: *«А тепер давайте візьмемо аркуш паперу. Він як раз і буде простором нашого внутрішнього світу – своєрідною картою. У центрі аркуша намалюйте образ себе таким, яким ви відчуваєте себе зараз. Це може бути фігура людини, символ, знак або будь-який образ, який асоціюється з вами. Підпишіть цей образ. Після цього розмістіть на аркуші інші образи, які для вас важливі. Це можуть бути: люди; місця; події; заняття; мрії; цінності; символи; те, що дає вам силу або підтримку. Розміщуйте ці образи на різній відстані від себе. Те, що ближче – можливо, сильніше пов'язане з вами. Те, що далі – може бути менш важливим для вас».*

**Примітка:** учасники можуть малювати лінії між образами, позначати дороги, мости або межі, створювати «острови» або «континенти», використовувати кольори для передачі настрою. Кожен образ бажано коротко підписати. Якщо якийсь образ викликає складні почуття, учасники можуть намалювати його умовно, символом або просто позначити словом.

### 3. Рефлексія (20-30 хв).

Питання на обговорення (добровільні):

- *«Що Вам було найпростіше зобразити?»*
- *«Чи є щось, що стало для вас несподіваним під час малювання?»*
- *«Які з образів сподобалися вам найбільше?»*

### 4. Завершення (10 хв).

Перед закінченням ведучий звертається до групи: *«Подивіться ще раз на свою карту. Знайдіть на ній щось, що дає вам опору або силу. Якщо б Ви хотіли додати на цю карту ще один образ підтримки, що це могло б бути?»*.

**Примітка:** учасники можуть домалювати символ, додати слово, намалювати ресурсний образ.

## Заняття №2. «Моя внутрішня сила»

**Мета:** формування внутрішньої опори, зниження рівня тривожності та розвиток уявлень про власну силу; поступовий перехід від зовнішніх ресурсів підтримки до усвідомлення ресурсу самопідтримки.

**Орієнтовна тривалість:** 60-90 хв.

**План заняття:**

1. Вступ (10 хв).
2. Основний етап заняття (25-30 хв).
3. Рефлексія (30 хв).
4. Завершення (10-20 хв).

**Матеріали:** роздруковані картки з персонажами, повітряний пластилін, інструменти для ліплення, дощечки або папір.

### Хід роботи

#### 1. Вступ (10 хв).

Ведучий пропонує учасникам обрати картку з персонажем (вигаданим або реальним героєм) та відповісти: *«Обери персонажа, який тобі відгукується. Як ти думаєш, яка його найсильніша риса?»*.

Після короткого обговорення ведучий узагальнює:

*«Ми бачимо, що у різних персонажів є різні сильні сторони: сміливість, витривалість, доброта, здатність захищати, допомагати іншим. Але важливо пам'ятати, що ці якості можуть бути і в нас. Іноді ми їх просто не помічаємо або ще не встигли відкрити. Сьогодні ми*

спробуємо дослідити, яка сила є всередині кожного з нас. Це може бути щось знайоме або щось нове, що тільки починає проявлятися».

## **2. Основний етап заняття (25-30 хв).**

Продовження додатка Г

Ведучий актуалізує попередній досвід: *«Минулого разу ми говорили про те, що нас підтримує – люди, місця, заняття. Це важливі ресурси. А сьогодні ми спробуємо подивитися трохи глибше – на те, що може підтримувати нас зсередини».*

Наступним кроком групі надається інструкція:

*«Оберіть 1–3 кольори пластиліну, які Вам найбільше подобаються або зараз відгукуються. Спробуйте створити образ того, що для Вас є силою або захистом. Це може бути тварина, вигаданий герой, символ, істота або будь-який образ, який асоціюється у Вас з відчуттям сили чи безпеки».*

**Примітка:** можна додати різні уточнення (*«Це не має бути “правильний” образ – важливо, щоб він був твоїм»; «Якщо складно, можна почати просто з форми або кольору, а потім поступово додати деталі»*).

В процесі введення інструкції та паралельного обговорення, ведучий ненав'язливо підводить до національно-культурного контексту:

*«У різних культурах існують свої образи сили – наприклад, хоробрість, витривалість, здатність захищати. У нашій культурі іноді говорять про силу й сміливість, як у козаків. Але важливо, що Ви можете створити саме той образ, який відчуваєте близьким для себе».*

**Примітка:** Під час роботи ведучий підтримує, не інтерпретує, може ставити м'які запитання, зокрема *«Що в цьому образі для тебе найважливіше?»; «Як він тебе захищає або підтримує?»*.

## **3. Рефлексія (20-30 хв).**

Обговорення відбувається добровільно. Орієнтовні запитання:

- *«Що Вам було найпростіше або найцікавіше створювати?»;*
- *«Як Ви можете назвати свій образ?»;*
- *«Що саме в ньому є про силу?»;*
- *«Чи було щось несподіване в процесі?».*

За потреби ведучий допомагає узагальнити: *«Ми бачимо, що сила може виглядати по-різному: як захист, як спокій, як витривалість або як здатність рухатися вперед. І кожен із цих варіантів є важливим».*

## **4. Завершення (10 хв).**

Ведучий пропонує учасникам ще раз подивитися на свою роботу:

*«Подивіться на свій образ ще раз. Спробуйте відчути, що саме він для вас означає: це більше про захист, підтримку, впевненість чи щось інше?»*

*Важливо пам'ятати, що цей образ – не щось зовнішнє. Він вже є частиною вас. Можливо, ця сила вже проявлялася у вашому житті, навіть якщо ви цього не помічали. У кожного з нас є своє джерело сили. І водночас нас може об'єднувати досвід, спільні цінності, відчуття приналежності. Не забувайте, що ми, як українці, дуже сильні, і ця сила наша спільна. Але найважливіше – це не забувати про власну опору, яка допомагає рухатися далі».*

**Примітка:** За бажанням учасники можуть: дати ім'я своєму образу та придумати коротку «функцію» (наприклад: «захищає», «заспокоює», «додає сміливості»).

### **Заняття №3. «Культурні образи як ресурс: Вишиванка мого роду та писанкарство»**

**Мета:** сприяння осмисленню власної приналежності через символічне відтворення родинних і національних образів; актуалізація уявлення про культурну спадкоємність як ресурс психологічної стабілізації; розвиток здатності до символічного мислення та самовираження через національно-культурні образи; м'яке включення елементів національної ідентичності через безпечні, метафоричні форми діяльності.

**Орієнтована тривалість:** 60-70 хв.

**Матеріали:** папір А4, олівці, фломастери, яйця для розпису, харчові фарбники, віск, свічки, підставки для яєць.

#### **План заняття:**

1. Вступ та едукативний блок (10-12 хв)
2. Основна частина: «Вишиванка мого роду» (20-25 хв)
3. Презентація (10-15 хв)
4. Практична частина: «Моя писанка як ресурс» (15 хв)
5. Рефлексія (8-10 хв)
6. Завершення (3-5 хв)

#### **Хід роботи**

##### **1. Вступ та едукативний блок (10-12 хв).**

Ведучий розпочинає із підведення до теми через особистісно значущий досвід: *«Минулого разу ми говорили про Вашу внутрішню силу – те, що є всередині нас. Але в кожного з нас є ще одне важливе джерело сили – це наші корені, наша родина, наша історія. Навіть якщо ми не завжди про це думаємо, це те, що нас підтримує».*

Далі вводиться ідея родинної спадкоємності: *«У багатьох родинах є речі, які передаються з покоління в покоління – це можуть бути фотографії, прикраси, традиції або навіть просто історії. В українській культурі однією з таких особливих речей є вишиванка».*

Ведучий демонструє приклади (карти орнаментів, візерунки тощо) і пояснює: *«Вишиванка є символом, це не просто одяг, а «зашифроване послання». Кожен орнамент має значення (оберіг, захист, життя, сила). Кольори розглядаються за різним символічним значенням, зокрема червоний символізує життя, любов, енергію, чорний – землю, стабільність, досвід, білий – чистоту, початок, синій – спокій, захист, а зелений – розвиток та відновлення. Символи теж мають різні значення: ромб – родючість, продовження роду, хвиля – життєвий шлях, дерево життя – зв'язок поколінь, квіти – краса, розвиток та хрест – це захист».*

##### **2. Основна частина: «Вишиванка мого роду» (20–25 хв).**

**Примітка:** для реабілітаційного середовища заняття може бути адаптоване і національна символіка введена через попереднє малювання на нейтральну тематику, наприклад: *“Намалюй свою улюблену тварину, яку ми одягнемо в традиційний український одяг”.*

Інструкція для групи: *«Спробуйте уявити, що Ви створюєте власну вишиванку – не просто як одяг, а як символ Вашої історії, Вашої родини або Вас самих. Подумайте: які кольори Вам реальне або повністю вигадане. Намалюйте орнамент Вашої вишиванки. Це не має бути “правильно” – важливо, щоб це було про Вас».*

**Примітка:** роль ведучого в процесі створення вишиванок має базуватися на підтримці без інтерпретацій, відповіді на м'які питання («Що означає цей символ для тебе?», «Це більше про тебе чи про родину?» тощо) мають бути добровільними.

### **3. Презентація (10–15 хв).**

Добровільне обговорення:

- *«Що Ви зобразили?»*
- *«Що означають ці символи?»*
- *«Це більше про минуле, теперішнє чи майбутнє?»*

Далі ведучий узагальнює (5 хв): *«Ми зараз створили свої символи – як маленькі історії про себе. І в українській культурі є ще один дуже особливий спосіб передавати сенси – це писанки.*

*Писанка – це не просто розписане яйце. Це символ життя, відродження і продовження роду. Раніше люди вірили, що писанки можуть захищати, приносити силу і зберігати важливі сенси. Коротко про символи: яйце – життя, коло – цілісність, хвилі – рух життя, сонце – енергія, рослинні орнаменти – розвиток».*

### **4. Практична частина: «Моя писанка як ресурс» (15 хв).**

Інструкція групі: *«Тепер спробуйте створити власну писанку. Подумайте, що б Ви хотіли “закласти” в неї: силу, спокій, захист чи надію?*

*Ви можете використати символи або просто кольори і форми, які для вас це передають».*

### **5. Рефлексія (8–10 хв).**

Питання:

- *«Що було легше: створювати вишиванку чи писанку?»*
- *«Що для Вас означає Ваша писанка?»*
- *«Чи є там щось, що Ви хотіли б “залишити собі” як ресурс?»*

### **6. Завершення (3–5 хв).**

*«Сьогодні ви створили свої символи – і це важливо. Бо культура – це не лише про минуле, це про те, що ми створюємо зараз. І навіть маленькі символи можуть бути для нас підтримкою».*

## **Заняття №4. «Ми: спільний візерунок»**

**Мета:** сприяння формуванню досвіду спільності та приналежності до групи як безпечного соціального середовища; інтеграція індивідуальних та родинно-культурних ресурсів у спільний символічний простір; закріплення уявлення про власну цінність у взаємодії з іншими; розвиток здатності до кооперації та символічного представлення групового досвіду.

**Тривалість:** 60–80 хв.

**Матеріали:** ватман, маркери, олівці, аркуші паперу А4, ножиці, клей.

**План заняття:**

1. Вступ (10–15 хв)
2. Основна частина: створення спільного візерунку (30–40 хв)
3. Презентація спільної роботи (10–15 хв)
4. Рефлексія (10–15 хв)
5. Завершення (5 хв)

**Хід роботи****1. Вступ (10–15 хв).**

Ведучий підводить до теми через попередні заняття: *«На попередніх заняттях ми говорили про Вашу внутрішню силу, про те, що Вас підтримує, і про символи, які можуть бути пов'язані з Вами та Вашою родиною. Але людина – це не тільки “я”, це ще й “ми”. Ми живемо серед інших людей, і саме взаємодія часто стає джерелом підтримки».*

Далі ведучий здійснює плавний перехід до теми орнаменту: *«В українській культурі орнамент – це не просто візерунок. Це система символів, де кожен елемент має значення, але разом вони утворюють цілісність. Сьогодні Ви створите власний спільний орнамент – як символ вашої групи. Уявіть, що Ви створюєте орнамент, який буде символізувати вашу згуртованість як групи. Можливо, для цього Вам потрібно краще відчувати одне одного, щось запитати або пригадати, що Ви вже знаєте про кожного. Важливо, щоб у цьому орнаменті знайшлося місце для кожного з Вас».*

**2. Основна практична частина (40–45 хв). Етап 1. Індивідуальна робота (10–15 хв).**

Ведучий надає інструкцію для групи: *«Спочатку кожен із Вас отримає окремих аркуш А4. Ваше завдання – створити символ, зображення або невеликий фрагмент, який відображає: Вас або Ваш ресурс, або щось важливе, що Ви відкрили про себе на попередніх заняттях. Це може бути будь-що: знак, форма, колір, образ».*

**Етап 2. Інтеграція у спільний простір (25–30 хв).**

Після завершення індивідуальної частини ведучий пропонує: *«Тепер Ви перенесете свої елементи у спільний простір – на ватман. Ви можете вирізати свої зображення або перемалювати їх, доповнювати, змінювати, поєднувати з іншими».*

*На ватмані Ви створюєте спільний орнамент – як єдину композицію. Орнамент може бути основою, але Ви також можете додавати будь-які символи, образи, знаки, які, на Вашу думку, відображають Вас, Ваш досвід або вашу групу».*

*«Пам'ятайте, що це спільний проєкт. Після завершення Вам потрібно буде представити його: пояснити, як Ви його створювали, що означають окремі елементи, і який сенс Ви вклали в цю роботу як група».*

**Примітка 1:** додатково варто визначити важливі акценти, де кожен елемент має значення, але важливо, як вони поєднуються, можна розміщувати елементи поруч, перетинатися, доповнювати одне одного, можна обговорювати, домовлятися, ставити питання один одному та орнамент – це не обмеження, а структура, яку можна творчо розширювати.

**Примітка 2:** ведучому важливо – підтримувати включеність кожного учасника (без примусу), звертати увагу на процес взаємодії, а не лише на результат, м'яко стимулювати комунікацію («Чи хочете Ви щось додати поруч із кимось?», «Як Ваші символи можуть поєднуватися?»), підтримувати безоцінювальний простір, допомагати інтегрувати «Я» у «Ми». Також важливо підкреслювати, що орнамент – це лише основа композиції, але учасники можуть виходити за його межі, додаючи будь-які значущі для них образи та символи.

### **3. Презентація спільної роботи (15–20 хв).**

Інструкція для групи: *«Тепер уявіть, що Ви презентуєте свій спільний проєкт. Розкажіть: як Ви його створювали; що означають окремі елементи; який сенс Ви вклали в цю роботу; що цей орнамент говорить про Вас як групу».*

#### **Орієнтовні питання:**

*«Як Ви назвете цей візерунок?»*

*«Що об'єднує всі елементи?»*

*«Чим вони відрізняються?»*

*«Чи є в ньому щось спільне для всіх?»*

Ведучий підсумовує: *«Ми бачимо, що кожен елемент унікальний, але разом вони створюють цілісність. Саме так формується спільнота».*

### **4. Рефлексія (10–15 хв).**

#### **Орієнтовні питання:**

- *«Чи відчули Ви себе частиною чогось спільного?»*
- *«Як Вам було поєднувати своє з іншими?»*
- *«Чи легко було “віддати” свій елемент у спільну роботу?»*
- *«Що Ви відчували, коли інші доповнювали Вашу частину?»*
- *«Чи змінилося Ваше сприйняття групи?»*

### **5. Завершення (5 хв).**

Перед завершенням, ведучий підсумовує: *«Сьогодні Ви створили спільний простір, у якому є місце для кожного. Це досвід того, як можна бути різними – і водночас разом. У кожного з Вас є своя історія, свої символи, своя сила. Але водночас Ви можете бути частиною чогось більшого. І саме це відчуття “ми” часто стає джерелом підтримки».*

## **Заняття №5. «Я і ми: мій простір у Вільній Україні»**

**Мета:** узагальнення та інтеграція досвіду, отриманого під час занять; виявлення змін у структурі самоідентифікації підлітків; актуалізація особистісних, соціальних та національних смислів; створення умов для усвідомлення власної приналежності до себе, групи, культури).

**Орієнтовна тривалість:** 60–90 хв.

**Матеріали:** аркуші А4, прості олівці, кольорові олівці, фломастери, гумки.

#### **План заняття:**

Вступ (10–15 хв)

Основний етап: підсумковий проєктивний малюнок (25–30 хв)

Рефлексія та узагальнення (25–30 хв)

Завершення (10–15 хв)

### Хід заняття

#### 1. Вступ (10–15 хв).

Перед основного етапу ведучий підводить до підсумків попередніх занять: *«Сьогодні наше останнє заняття. За цей час ми з Вами вже багато дослідили: говорили про те, хто ми є, що нас підтримує, яка у нас внутрішня сила, які символи можуть бути пов'язані з нами, нашою родиною і культурою, і як ми можемо бути разом – як “ми”. Сьогодні ми спробуємо знову звернутися до себе – але вже з урахуванням усього цього досвіду. На першому занятті ми створювали свою внутрішню карту – простір, де є Ви і те, що для Вас важливо. Сьогодні я пропоную зробити подібну роботу ще раз. Але тепер Ви можете врахувати все, що Ви відкрили про себе за цей час. Ви можете малювати так, як вам відгукується. Можливо, щось залишиться таким самим, а щось зміниться і це нормально».*

#### 2. Основний етап (25–30 хв).

Інструкція для групи: *«Перед Вами аркуш паперу – це простір Вашого внутрішнього світу. У центрі аркуша намалуйте себе – так, як Ви відчуваєте себе зараз. Це може бути фігура, символ або будь-який образ. Підпишіть його. Після цього додайте на аркуш інші образи, які для Вас важливі. Ви можете врахувати: людей; місця; події; заняття; цінності; символи; те, що дає Вам силу або підтримку; те, що стало для Вас важливим за цей час.*

*Ви також можете звернути увагу на те, що пов'язує Вас з іншими людьми – з близькими, з групою, з чимось більшим. Якщо Вам відгукується, ви можете це відобразити».*

**Примітка 1:** важливо не підказувати напряду про «національну ідентичність», не акцентувати спеціально на змінах, адже це має проявитися природно.

**Примітка 2:** учасники можуть використовувати відстань між образами, кольори, зв'язки (лінії, дороги, мости) та/або символічні межі.

#### 3. Рефлексія та узагальнення (25–30 хв).

Орієнтовні питання для добровільного обговорення:

- *«Що Вам було найпростіше зобразити сьогодні?»*
- *«Чи є щось, що стало для Вас більш важливим?»*
- *«Чи помітили Ви щось нове про себе?»*
- *«Що зараз знаходиться найближче до Вас на цьому малюнку?»*
- *«Чи є щось, що дає Вам більше опори, ніж раніше?»*
- *«Чи є на цьому малюнку щось, що пов'язує Вас із іншими людьми або з чимось більшим?»*

Узагальнення ведучого: *«Ми можемо бачити, що у кожного з Вас є свій унікальний простір – свої цінності, досвід, ресурси. Але водночас у цьому просторі можуть з'являтися зв'язки – з іншими людьми, з важливими місцями, з тим, що для Вас має значення. Іноді ці зв'язки стають тим, що дає нам відчуття опори, приналежності, цілісності. Для когось це може бути родина, для когось – люди поруч, для когось – культура, місце, де він живе, або щось, що пов'язує з іншими. І це теж частина того, ким ми є».*

**4. Завершення (10–15 хв).**

Ведучий завершує заняття: *«Сьогодні Ви знову подивилися на себе – але вже з іншим досвідом. За цей час Ви дослідили: хто Ви є; що Вас підтримує; яка у Вас внутрішня сила; що пов’язує Вас із вашою родиною і культурою; як Ви можете бути частиною групи. І це все – частини вашої ідентичності.*

*Ідентичність – це не щось раз і назавжди визначене. Вона формується, змінюється, розвивається. Але важливо, що у Вас вже є: щось своє; щось, що дає опору; і щось, що пов’язує Вас із іншими. І це те, що може залишатися з Вами незалежно від обставин.*

*Подивіться ще раз на свій малюнок і знайдіть на ньому щось, що Ви хотіли б “взяти з собою” після цих занять».*

## Узагальнені результати методики «Хто я?» (пілотна група, n=16)

Таблиця 1.

| №   | Показник                                    | Первинна діагностика | Повторна діагностика | Динаміка |
|-----|---|----------------------|----------------------|----------|
| 1.  | Загальна кількість відповідей               | 183                  | 191                  | +8       |
| 2.  | % від максимально можливих відповідей (320) | 57,2%                | 59,7%                | +2,5%    |
| 3.  | Середня кількість відповідей (із 20)        | 11,4                 | 11,9                 | +0,5     |
| 4.  | Частка об'єктивних самохарактеристик        | 68%                  | 63%                  | -5%      |
| 5.  | Частка суб'єктивних самохарактеристик       | 32%                  | 37%                  | +5%      |
| 6.  | Частка позитивних самовизначень             | 74%                  | 82%                  | +8%      |
| 7.  | Частка негативних/амбівалентних             | 26%                  | 18%                  | -8%      |
| 8.  | Частка фрагментарних відповідей             | 21%                  | 15%                  | -6%      |
| 9.  | Кількість респондентів з нац. маркерами     | 7 (43,8%)            | 10 (62,5%)           | +18,7%   |
| 10. | Середня кількість нац. характеристик        | 0,56                 | 0,88                 | +0,32    |

## Додаткові якісні індикатори

Таблиця 2.

| Показник                           | Первинний етап                  | Повторний етап            | Інтерпретація              |
|------------------------------------|---------------------------------|---------------------------|----------------------------|
| Нац. маркери у перших 5 відповідях | поодинокі випадки               | частіші випадки           | зростання значущості       |
| Емоційний тон                      | переважно нейтрально-позитивний | більш виражено позитивний | зростання ресурсності      |
| Узагальнені відповіді              | частіше                         | рідше                     | зростання конкретизації    |
| Фрагментарність                    | вища                            | нижча                     | зростання структурованості |

## Узагальнені результати методики «Географія візуальних образів»

Таблиця 3.

| Показник / Категорія / Тип образів        | Первинний зріз    | Повторний зріз   |
|---|-------------------|------------------|
| <b>Просторова організація образу «Я»</b>  |                   |                  |
| Центроване розміщення «Я»                 | 81,3 %            | 93,7 %           |
| Порушення центрованості                   | 18,7 %            | 6,3 %            |
| <b>Частотність категорій образів</b>      |                   |                  |
| Сім'я                                     | 100 %             | 100 %            |
| Друзі                                     | 75 %              | 81,3 %           |
| Інтереси / самореалізація                 | 81 %              | 87,5 %           |
| Домашні тварини                           | 63 %              | –                |
| Повсякденні ресурси                       | 69 %              | 62,5 %           |
| Освіта / школа                            | 56 %              | 50 %             |
| Спогади / досвід                          | –                 | 56,3 %           |
| Майбутнє / цілі                           | –                 | 50 %             |
| Внутрішні ресурси                         | –                 | 37,5 %           |
| Національна символіка                     | 13 %              | 43,7 %           |
| Абстрактні образи                         | 25 %              | якісне зростання |
| <b>Характер символічних репрезентацій</b> |                   |                  |
| Зовнішні ресурси                          | 80 %              | 60 %             |
| Внутрішні ресурси                         | низький рівень    | 62,5 %           |
| Фрагментарні образи                       | 30 %              | 18 %             |
| Інтегровані образи                        | 40 %              | 70 %             |
| <b>Просторова структурованість</b>        |                   |                  |
| Обмежене використання простору            | домінує           | зменшується      |
| Повне використання аркуша                 | поодинокі випадки | 68,7%            |
| Смислова організація простору             | відсутня / слабка | 50% випадків     |

### **Витяг фасилітаторських нотаток та матеріали до якісного аналізу**

У процесі реалізації арт-терапевтичної програми здійснювалося систематичне ведення фасилітаторських нотаток, які включали спостереження за поведінкою учасників, рівнем залученості, особливостями взаємодії, емоційними реакціями та змістом рефлексивних висловлювань.

На початкових етапах роботи було зафіксовано:

- обмежена вербальна рефлексія;
- обережність у самовираженні;
- тенденція до виконання завдань на мінімальному рівні;
- епізодичні труднощі у включенні в групову діяльність.

У процесі занять спостерігалася поступова позитивна динаміка:

- зростання рівня залученості;
- підвищення емоційної відкритості;
- активізація самопрезентації;
- розширення використання художніх засобів (кольору, простору, символіки).

На завершальних етапах учасники демонстрували:

- здатність до усвідомлення власних ресурсів;
- актуалізацію життєвого досвіду та майбутнього;
- більш розгорнуту рефлексію ідентичності.

Заняття «Моя внутрішня сила», спрямоване на актуалізацію внутрішніх ресурсів та формування відчуття внутрішньої опори, продемонструвало важливі особливості процесу становлення ідентичності підлітків у контексті арт-терапевтичної взаємодії. Аналіз створених образів засвідчив, що на початковому етапі уявлення про силу мали переважно зовнішньо орієнтований характер і були пов'язані із соціальними фігурами (родина, значущі інші) або узагальненими якостями (захист, підтримка, стабільність). Водночас процес сенсомоторної взаємодії з матеріалом (глина/повітряний пластилін) сприяв зниженню емоційної напруги, підвищенню залученості та більш вільному символічному самовираженню.

Характерною особливістю частини робіт була фрагментарність або незавершеність символічних образів, що може інтерпретуватися як недостатня інтегрованість внутрішнього досвіду та обмежений доступ до його усвідомлення. Разом із тим, навіть на цьому етапі спостерігалися перші ознаки переходу від зовнішніх джерел підтримки до внутрішніх через персоналізацію символу сили та його співвіднесення із власними переживаннями. Рефлексивний компонент заняття показав, що учасники здатні до базової інтерпретації створених образів, однак рівень глибинної вербалізації залишався обмеженим, що узгоджується із загальною динамікою розвитку рефлексивності у групі. Загалом заняття виступило важливим підґрунтям для подальшого переходу до більш інтегрованих і смислово насичених форм самоідентифікації.

У процесі заняття «Культурні образи як ресурс: вишиванка та писанкарство» було зафіксовано, що учасники поєднують як традиційні орнаментальні елементи, так і індивідуально значущі символи. У частини робіт спостерігалася спонтанність та інтуїтивність створення візерунків, що супроводжувалося подальшим наданням їм смислового значення у процесі рефлексії.

## Продовження Додатка Е

Виявлено такі інтерпретаційні тенденції: вишиванка як символ родинної пам'яті та міжпоколіннєвого зв'язку; вишиванка як захисний символ; вишиванка як репрезентація Батьківщини та вишиванка як образ майбутнього та надії та ін..

У частини учасників кольорові поєднання та символи виникали спонтанно, однак у подальшому інтерпретувалися як такі, що мають національно-культурне значення, що може свідчити про імпліцитну інтеграцію національної ідентичності.

У вправі з писанкарства учасники усвідомлювали символічні значення орнаментів (захист, сила, гармонія, надія), поєднували знання про традиції з особистими смислами, демонстрували як інтуїтивний, так і більш структурований підхід до створення образів.

Рефлексія показала часткове усвідомлення зв'язку між культурними символами та внутрішнім станом, формування уявлення про культуру як ресурс та розширення уявлень про власну ідентичність через категорії «рід», «походження», «традиція».

Під час заняття «Ми: спільний візерунок» на індивідуальному етапі учасники без значних труднощів визначали символи, що асоціюються з їхньою особистістю (цінності, життєві орієнтири, ресурси). На етапі групової взаємодії спостерігалися: труднощі узгодження індивідуальних позицій; різні уявлення про структуру спільної композиції та необхідність переговорів і компромісів. Попри це, групі вдалося створити інтегрований символічний продукт, у якому:

- поєднані різноманітні смисли;
- збережено індивідуальність кожного;
- сформовано спільний простір значень.

У процесі рефлексії учасники відзначали складність взаємодії через різність поглядів; важливість врахування думки кожного та значущість колективного результату.

Було зафіксовано формування первинних ознак «ми-ідентичності», зокрема через усвідомлення спільності (належність до групи, покоління), виділення загальних ресурсів (безпека, стабільність, розвиток), інтерпретацію спільного продукту як відображення сучасної молоді.

У процесі рефлексії на підсумковому занятті учасники усвідомлювали індивідуальність власних цінностей і ресурсів, відзначали важливість близького оточення, актуалізували тему майбутнього та життєвих цілей та визначали роль досвіду у формуванні теперішнього. Було зафіксовано розуміння можливостей арт-терапії як способу самопізнання, здатність до осмислення змін у власному сприйнятті себе, актуалізацію поняття ідентичності як динамічного та багатовимірного утворення.

## Тріангуляція результатів дослідження

Таблиця 4.

| Джерело даних   | Основні показники  | Емпіричні прояви  | Інтерпретація результатів  |
|---|--|---|--|
| Методика «Хто я?»   | Самоописи, об'єктивні самохарактеристики, структура ідентичності                                       | Зростання частки рефлексивних, ціннісних та національно орієнтованих характеристик; зниження ситуативних і рольових описів  | Розвиток рефлексивності, розширення структури ідентичності, посилення усвідомленості «Я»   |
| Методика «Географія візуальних образів» / Заняття 1: «Намалюй себе тут – у Вільній Україні» | Просторова організація, категорії образів, символіка   | Розширення простору; поява часової перспективи (минуле–майбутнє); зростання внутрішніх ресурсів і національної символіки  | Інтеграція особистісного, соціального і національного компонентів; підвищення структурованості ідентичності                                    |
| Заняття 2: «Моя внутрішня сила»   | Образи сили, характер ресурсів, рівень символізації  | Перехід від зовнішніх ресурсів (сім'я, підтримка) до часткової актуалізації внутрішніх (віра, спокій, витривалість); поступова метафоризація досвіду                                      | Формування первинного доступу до внутрішніх ресурсів; зниження емоційної напруги; розвиток символічного мислення                               |
| Заняття 3: «Культурні образи як ресурс: Вишиванка мого роду та писанкарство»                | Символіка, культурні та родинні образи   | Усвідомлення зв'язку з родом, культурою, символами; поява національних елементів як ресурсу   | Розширення ідентичності за рахунок культурного та національного компонентів; формування смислових зв'язків                                     |
| Заняття 4: «Ми: спільний візерунок»   | Групова взаємодія, колективні смисли   | Після ускладнення процесу взаємодії відбулося формування спільного продукту; поява «ми-ідентичності»  | Розвиток соціальної ідентичності; інтеграція індивідуальних смислів у колективний простір  |
| Заняття 5: «Я і ми: мій простір у Вільній Україні» + повторна діагностика                   | Узагальнення досвіду, вербалізація змін  | Усвідомлення ресурсів, цінностей, майбутніх орієнтирів; активізація рефлексії   | Закріплення змін; інтеграція досвіду у цілісну систему ідентичності  |
| Фасилітаторські спостереження   | Поведінка, залученість, емоційні реакції   | Перехід від обережності та зниження активності до відкритості, включеності, самовираження   | Поступове зниження психологічного захисту; зростання довіри та суб'єктності  |
| Аналіз продуктів діяльності (малюнки, арт-об'єкти)  | Типи символів; характер ресурсів (зовнішні/внутрішні); емоційне забарвлення; рівень цілісності образів | Зменшення частки фрагментарних і тривожних образів; поява внутрішніх ресурсів (цінності, віра, емоційна підтримка); зростання символів розвитку, майбутнього та національної ідентичності | Розширення ресурсної бази особистості; інтеграція емоційного досвіду; формування позитивної ідентичності та включення національного компоненту |
| Рефлексії учасників   | Усвідомлення ресурсів; вербалізація досвіду; осмислення ідентичності                                   | Здатність визначати власні ресурси; поява роздумів про майбутнє; усвідомлення значущості сім'ї, досвіду, цінностей і національної приналежності   | Розвиток рефлексивного компоненту ідентичності; перехід від ситуативного до більш осмисленого самосприйняття                                   |
| Групова динаміка під час занять   | Формування «ми-ідентичності»; здатність до кооперації; спільне смислотворення                          | Перехід від індивідуальних до колективних смислів; поява спільних цінностей (безпека, розвиток, підтримка); інтеграція індивідуальних символів у спільний простір                         | Формування досвіду належності; розвиток групової ідентичності як ресурсу; соціальна інтеграція   |

**Зміст методичного посібника з проведення арт-терапевтичних  
занять для зміцнення національної ідентичності підлітків та дітей,  
травмованих війною в реабілітаційних та освітніх закладах  
«ТВОРИМО НАЦІОНАЛЬНУ ІДЕНТИЧНІСТЬ: вправи та техніки  
арт-терапії»**

**ЗМІСТ**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>ПЕРЕДМОВА.....</b>  | <b>3</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....</b>  | <b>8</b>  |
| 1.1. Травматичний досвід внутрішньо переміщених підлітків: психологічні особливості та вплив на розвиток особистості.....        | 8         |
| 1.2. Національна ідентичність підлітків: структура та особливості формування.....  | 12        |
| 1.3. Арт-терапія як засіб психосоціальної підтримки та зміцнення національної ідентичності внутрішньо переміщених підлітків..... | 16        |
| <b>РОЗДІЛ 2. ПРОГРАМА АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ЗАНЯТЬ.....</b>  | <b>21</b> |
| Загальні методичні особливості програми.....   | 21        |
| <b>Блок 1. «ЗЕМЛЯ» (стабілізація).....</b>   | <b>22</b> |
| 1. Заняття з глинотерапії «Моя внутрішня сила».....  | 24        |
| 2. Заняття на розпис каменю як символу опори.....  | 29        |
| 3. Заняття з ландшафтної арт-терапії «Укладання основи».....   | 34        |
| 4. Заняття з глинотерапії «Мій внутрішній охоронець».....  | 39        |
| <b>Блок 2. «ЗАХИСТ».....</b>   | <b>44</b> |
| 1. Заняття «Лялька-мотанка: образ захисту».....  | 46        |
| 2. Заняття з валяння вовни «М'який оберіг».....  | 51        |
| 3. Заняття «Дідух: пам'ять і захист».....  | 56        |
| 4. Заняття «Вінок захисту».....  | 61        |
| 5. Заняття «Орнамент на захист».....   | 66        |
| 6. Заняття з маскотерапії «Маска захисту».....   | 71        |
| 7. Заняття «Оберіг із природних матеріалів».....   | 75        |
| 8. Заняття «Мій символ безпеки».....   | 79        |
| 9. Заняття «Свічка як символ захисту».....   | 83        |
| <b>Блок 3. «РІД».....</b>  | <b>88</b> |
| 1. Заняття «Дерево мого роду».....   | 91        |
| 2. Заняття «Витинанка мого роду».....  | 96        |
| 3. Заняття «Гніздо мого роду».....   | 100       |
| 4. Заняття «Прикраса, що передається».....   | 105       |

|   |            |
|---|------------|
| 5. Заняття «Моя вишиванка».....                       | 110        |
| 6. Заняття «Родинний герб».....                       | 115        |
| 7. Заняття «Історія моєї родини».....                 | 120        |
| 8. Заняття «Колаж історії роду».....                  | 126        |
| 9. Заняття «Родинне коло».....                        | 131        |
| 10. Заняття «Лист предкам / лист нащадкам».....       | 134        |
| 11. Заняття «Скарб роду».....                         | 137        |
| <b>Блок 4. «СИМВОЛ».....</b>                          | <b>140</b> |
| 1. Заняття «Моя писанка: символ світу».....           | 142        |
| 2. Заняття «Персональний орнамент».....               | 147        |
| 3. Заняття «Петриківський розпис: мова життя».....    | 152        |
| 4. Заняття «Символ моєї сили».....                    | 157        |
| 5. Заняття «Коло життя як символ безперервності»..... | 162        |
| 6. Заняття «Колір мого стану».....                    | 167        |
| 7. Заняття «Шлях символів».....                       | 172        |
| 8. Заняття «Рушник символів».....                     | 177        |
| 9. Заняття «Знак, який мене підтримує».....           | 182        |
| 10. Заняття «Архетипи української символіки».....     | 187        |
| <b>Блок 5. «ЦЕНТР».....</b>                           | <b>192</b> |
| 1. Заняття «Мій внутрішній центр».....                | 195        |
| 2. Заняття «Мандала відновлення».....                 | 200        |
| 3. Заняття «Лінія мого стану».....                    | 205        |
| 4. Заняття «Орнамент мого життя».....                 | 210        |
| 5. Заняття «Коло моєї рівноваги».....                 | 215        |
| 6. Заняття «Колаж “Я і Україна”».....                 | 220        |
| 7. Заняття «Україна і світ».....                      | 225        |
| 8. Заняття «Мій символ рівноваги».....                | 230        |
| 9. Заняття «Точка опори».....                         | 235        |
| <b>Блок 6. «СПІЛЬНОТА».....</b>                       | <b>239</b> |
| 1. Заняття «Мозаїка ідентичності».....                | 241        |
| 2. Заняття «Спільний орнамент».....                   | 246        |
| 3. Заняття «Фрагмент спільноти».....                  | 251        |
| 4. Заняття «Моє минуле, теперішнє і майбутнє».....    | 256        |
| 5. Заняття «Ми – українці».....                       | 261        |
| 6. Заняття «Голос спільноти».....                     | 266        |

|  |            |
|--|------------|
| 7. Заняття «Мережа підтримки».....                 | 271        |
| 8. Заняття «Спільний мурал».....                   | 276        |
| 9. Заняття «Коло підтримки».....                   | 281        |
| 10. Заняття «Спільний рушник».....                 | 286        |
| <b>Блок 7. «МАЙБУТНЄ».....</b>                     | <b>291</b> |
| 1. Заняття «Карта моєї сили».....                  | 294        |
| 2. Заняття «Я і Україна в майбутньому».....        | 299        |
| 3. Заняття «Мій особистий герб майбутнього».....   | 304        |
| 4. Заняття «Моє минуле, теперішнє і майбутнє»..... | 309        |
| 5. Заняття «Записки нащадкам».....                 | 314        |
| 6. Заняття «Міст у майбутнє».....                  | 319        |
| 7. Заняття «Стихії моєї сили».....                 | 324        |
| 8. Заняття «Мій символ майбутнього».....           | 329        |
| 9. Заняття «Моє місце у світі».....                | 334        |
| 10. Завершальне заняття «Коло майбутнього».....    | 339        |
| <b>ПІСЛЯМОВА.....</b>                              | <b>344</b> |
| <b>ЛІТЕРАТУРА.....</b>                             | <b>347</b> |
| <b>ДОДАТКИ.....</b>                                | <b>354</b> |

## Огляд змісту другого розділу методичного посібника

### Розділ 2. Програма арт-терапевтичних занять

Розділ 2 методичного посібника «Творимо національну ідентичність: вправи та техніки арт-терапії» містить авторську програму арт-терапевтичних занять, спрямовану на зміцнення національної ідентичності підлітків, які пережили травматичний досвід, зокрема в умовах вимушеного переміщення. Програма побудована на засадах травмоінформованого, недирективного та ресурсно орієнтованого підходів і реалізується через поетапну логіку переходу від стабілізації до інтеграції ідентичності та розвитку суб'єктності.

**Структура програми** представлена у вигляді **семи взаємопов'язаних тематичних блоків**, кожен з яких має власну психологічну мету, змістове наповнення, провідні механізми впливу та очікувані результати. Така побудова забезпечує поступове занурення учасників у процес самопізнання та зміцнення ідентичності – від базового відновлення відчуття безпеки до усвідомлення себе як частини національної спільноти та суб'єкта майбутнього.

**Блок 1. «ЗЕМЛЯ» (стабілізація)** спрямований на відновлення базового відчуття безпеки, тілесної опори та емоційної стабільності. Зміст занять пов'язаний із тілесно-сенсорним досвідом взаємодії з матеріалами (глина, камінь, природні фактури), що сприяє «заземленню» та зниженню рівня тривожності. Провідними механізмами виступають **сенсомоторний та емоційно-регулятивний**. Використовуються техніки ліплення (зокрема «Символ сили»), робота з глиною, розпис каменю як символу опори, а також елементи заземлення та образів «місця сили».

**Блок 2. «ЗАХИСТ»** орієнтований на формування внутрішнього відчуття захищеності через актуалізацію архетипу захисту. Учасники створюють символічні образи оберегів, що виконують функцію психологічної самопідтримки. Провідними механізмами є **емоційно-регулятивний, символічний та механізм самопідтримки**. Серед технік виділено створення ляльки-мотанки, валяння вовни, виготовлення дідуха, плетіння вінків, створення амулетів та робота з орнаментами захисного характеру.

**Блок 3. «РІД»** спрямований на осмислення родинної приналежності та включення досвіду поколінь у структуру «Я». Через звернення до теми роду формується відчуття спадкоємності та укоріненості. Провідні механізми: **когнітивно-інтегративний, культурно-ціннісний та символічний**. Використовуються техніки створення «Дерева роду», розробка орнаменту вишиванки як родинної реліквії, створення родинного герба, казкотерапевтичне опрацювання історії родини, колажування образів предків.

**4. «СИМВОЛ»** передбачає опанування культурних кодів як мови ідентичності. Учасники знайомляться з традиційними символами та створюють власні орнаментальні композиції, що сприяє інтеріоризації культурних смислів. **Провідні механізми: культурно-ціннісний, символічний, когнітивно-інтегративний.** Основні техніки включають писанкарство, створення персонального орнаменту, елементи петриківського розпису, а також роботу з образами, пов'язаними з родом і природою.

**Блок 5. «ЦЕНТР»** спрямований на формування внутрішнього ядра ідентичності та переживання особистісної цілісності. Учасники працюють із власними смислами, інтегруючи особистий і культурний досвід. **Провідні механізми: емоційно-регулятивний, когнітивно-інтегративний та реконструкція наративу.** Використовуються техніки створення мандали («Мій внутрішній центр»), орнаменту як метафори життєвого ритму, правопівкульного малювання, колажів «Я і Україна», «Україна і світ».

**Блок 6. «СПІЛЬНОТА»** орієнтований на формування досвіду належності до групи та національної спільноти. У процесі спільної творчості учасники інтегрують індивідуальні смисли у колективний простір. Провідними механізмами є **соціально-комунікативний, культурно-ціннісний та механізм самопідтримки.** Серед технік – створення спільної орнаментальної композиції, групове плетіння, виконання народних пісень, створення колажів на теми «Ми – українці», «Ми нащадки козацького роду», а також вправи на осмислення часової перспективи («минуле – теперішнє – майбутнє»).

**Блок 7. «МАЙБУТНЄ»** спрямований на розвиток суб'єктності, формування активної життєвої позиції та інтеграцію національної ідентичності у перспективу майбутнього. **Провідними механізмами є когнітивно-інтегративний, культурно-ціннісний та механізм відновлення суб'єктності.** Використовуються техніки створення особистого герба, символічних композицій («Я і Україна в майбутньому»), а також вправи типу «капсула часу», що сприяють усвідомленню власних цілей та життєвих орієнтирів.