

<https://doi.org/10.31516/2410-5325.082.04>
УДК 7:615.851"364"

ГРАФІЧНИЙ ДИЗАЙН ЯК ЗАСІБ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПІДТРИМКИ В ПЕРІОД ВІЙНИ

А. В. Будник

Київський національний університет культури і мистецтв,
м. Київ, Україна
budnik_andriy@ukr.net

І. О. Гошко

Київський національний університет культури і мистецтв,
м. Київ, Україна
goshkoirina0@gmail.com

A. Budnyk

Kyiv National University of Culture and Arts, Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-0719-2231>

I. Goshko

Kyiv National University of Culture and Arts, Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0009-0008-0139-5530>

А. В. Будник, І. О. Гошко. Графічний дизайн як засіб арттерапевтичної підтримки в період війни

Стаття є частиною дослідження дизайну друкованих видань та ілюстрацій як засобу арттерапії. У ній розглядаються різні підходи до арттерапії, зокрема малювання та нарратив, і аналізується їхня ефективність для покращення емоційного стану населення. Метою дослідження є визначення потенціалу графічного дизайну та дизайну друкованих видань у ролі арттерапії для поліпшення самопочуття населення в період війни. Для оцінки арттерапевтичного потенціалу графічного дизайну застосовано системний підхід, у межах якого об'єднано результати бібліографічного, критичного та контент-аналізу результатів досліджень проблем експресивної арттерапії в умовах інтервенції. Науковою новизною дослідження є визначення потенціалу впливу сучасного дизайну книг та ілюстрацій як засобу арттерапевтичної підтримки на вразливу категорію населення, які постраждали внаслідок травмувальних подій, зокрема військових конфліктів. У розвідці вивчено техніки арттерапії для цієї категорії людей та їх психологічний вплив, а також досліджено сучасний дизайн та ілюстрацію книг, їх тенденції та перспективи популяризації серед молоді. Результати дослідження підтверджують, що графічний дизайн друкованих видань та ілюстрацій як інструмент арттерапії може мати значний позитивний вплив на психічне здоров'я населення в період війни. Використання естетично привабливих та емоційно заряджених ілюстрацій сприяє стимуляції творчості, самови-

раженню та розслабленню, що сприяє загальному покращенню настрою й самопочуття населення. Дослідження сприяє зростанню використання арттерапевтичних методик, які пов'язані з дизайном та ілюстраціями друкованих видань в умовах конфлікту, та пропонує практичні рекомендації для дизайнерів і терапевтів, які працюють у цій галузі. Використання художніх методів у дизайні друкованих видань й ілюстрацій має різноманітні терапевтичні та творчі переваги. Незалежно від того, чи використовуються вони в терапевтичних умовах або як інструмент для створення візуально привабливих ілюстрацій і друкованих видань, ці методи можуть допомогти людям передати та покращити свій емоційний стан в унікальний і потужний спосіб.

Ключові слова: арттерапія, дизайн друкованих видань, ілюстрація, антистрес, ізотерапія, сучасна методика, нейрографіка, психологічний вплив.

A. Budnyk, I. Goshko. Graphic design as a means of art therapeutic support in the period of war

The purpose of the research. The article is a part of a study of graphic design and illustrations as a means of art therapy. It examines different approaches to art therapy, including drawing and narrative, and analyzes their effectiveness in improving the emotional state of the population. The purpose of the study is to determine the potential of graphic design and design of printed publications as art therapy for improving the well-being of the population during the war.

The methodology. To assess the art-therapeutic potential of graphic design, a systematic approach was used, in which the results of bibliographic, critical and content analysis of the results of research on the problems of expressive art therapy in the context of intervention were combined.

The scientific novelty of the study is the determination of the potential impact of modern book design and illustrations as a means of art therapy support on a vulnerable population that has suffered as a result of traumatic events, in particular, military conflicts. The work studies the techniques of art therapy for this category of people and their psychological impact, as well as research the modern design and illustration of books, their trends and prospects for popularization among young people.

Conclusions. The results of the research confirm that the graphic design of printed publications and illustrations as a tool of art therapy can have a significant positive effect on the mental health of the population during the war. The use of aesthetically appealing and emotionally charged illustrations helps to stimulate creativity, self-expression and relaxation, which contributes to the general improvement of the mood and well-being of the population. The study contributes to the growing use of art therapy techniques related to print design and illustration in conflict settings and offers practical recommendations for designers and therapists working in this field. The use of artistic techniques in print design and illustration has a variety of therapeutic and creative benefits. Whether used in a therapeutic setting or as a tool for creating visually appealing illustrations and printed publications, these techniques can help people communicate and enhance their emotional state in unique and powerful ways.

Keywords: *art therapy, design of printed publications, illustration, antistress, isotherapy, modern technique, neurographics, psychological influence.*

Постановка проблеми. Кризи та катаклізми нового тисячоліття підвищили ризики й загрози мирному співіснуванню. У результаті зростає чисельність населення, що постраждало від конфліктів. Нині у світі налічується понад 30 млн біженців із тяжкими психологічними травмами (Zadeh & Jogia, 2023), що актуалізує пошук ефективних методів психотерапевтичної допомоги. Одним із прогресуючих напрямів психотерапії є лікування шляхом позитивного впливу на емоційну сферу особистості різними напрямками

мистецтв та креативної творчості. Це експресивна арттерапія з її найбільш популярним напрямом — візуальною арттерапією. Втручання арттерапії припускає невербальний вираз емоцій індивіда і може пом'якшити симптоматику психічного здоров'я у біженців (Zadeh & Jogia, 2023).

Арттерапія є важливим методом поліпшення психічного та емоційного стану категорій населення, що постраждало внаслідок воєнного конфлікту. Тісний зв'язок дизайну, ілюстрацій та арттерапії породжує широкий спектр можливостей створення ефективних інструментів та методик лікування.

Актуальність теми полягає в підвищенні результативності втручання арттерапії на психосоматичний стан індивіда завдяки гармонійному поєднанню арттерапевтичних технік, дизайну та ілюстрування друкованих видань для їх застосування в мистецьких та психологічних проєктах у період війни для вразливої категорії населення. Адже важливість застосування сучасних методик ізотерапії в період воєнного конфлікту зростає в декілька разів.

Розвиток і популяризація української книги є важливим аспектом в утвердженні національної самосвідомості та формуванні позитивного іміджу України у світі. У зв'язку з повномасштабним вторгненням російської федерації на територію України, всі сфери життя потребують психосоціального супроводу, населення шукає психологічного розвантаження та зняття стресу (Будник & Гошко, 2023).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичний фундамент цього дослідження базується на встановлених фактах впливу експресивної арттерапії на психосоматичний стан людини. У розвідці використано теоретичні положення та практичні результати публікацій, присвячених втручанням візуальної арттерапії в процес реабілітації населення, яке постраждало від військової інтервенції.

Із сукупності напрямів арттерапії для аналізу обрана ізотерапія як найбільш популярне застосування арттерапії, яке пов'язано з дизайном та ілюстраціями. Арттерапевтичні техніки, зокрема малюнки й наратив, досліджували у своїх працях Т. Колошина, Дж. Келлог, М. Мілнер,

К. Г. Юнг, Ш. Макдермотт, Л. Ганн, М. Річардсон та ін.

Ще одним перспективним напрямом арттерапії, який проявляє можливості позитивно впливати на емоційний стан, є нейрографіка (Калька та ін., 2021). Нейрографіку вивчають дослідники з різних галузей науки, зокрема нейробіології, психології, медицини, інженерії та ін. Серед дослідників, котрі вивчають нейрографіку, можна виокремити таких відомих учених: Р. Девідсон, Д. Красножон, Е. Вільсон, Е. Уорт, Н. Колесник.

Літературний огляд (Zadeh & Joga, 2023) присвячений аналізу результатів використання арттерапії для полегшення симптомів психічного здоров'я українців. Мета огляду полягала в тому, щоб об'єднати та узагальнити попередні дослідження, у яких вивчався вплив образотворчого мистецтва на полегшення психологічного стану українців. У результаті огляду великої кількості публікацій дослідники доходять до висновку, що методи арттерапії можуть бути ефективно використані як початок у процесі лікування травмованого населення. Втручання ізотерапії сприяє вербальному вираженню почуттів індивідів і знижує негативні симптоми психічного здоров'я. Попри перспективні результати, відмічена відсутність надійної методології застосування арттерапії в умовах військового стану, що робить актуальним подальші дослідження з метою оцінки довгострокової ефективності арттерапії.

Дослідження (Lee & Choi, 2023) присвячено терміновій необхідності відновлення засобами арттерапії психічного здоров'я українських біженців, які перебувають у Республіці Корея у зв'язку з надзвичайним становищем воєнного часу. Одноразовий сеанс арттерапії з 54 біженцями віком від 13 до 68 років показав ефективність арттерапевтичного впливу. Це підтверджує ефективність втручання арттерапії як невідкладної психіатричної допомоги біженцям, які зіткнулися з війною.

Аналіз досліджень засвідчив, що візуальна арттерапія може успішно використовуватись для реабілітації осіб, які постраждали від військової агресії. Незважаючи на перспективні результати, відзначено відсутність надійних методологій застосування арттерапії в умовах

військового стану, що робить актуальним подальші дослідження з метою оцінки довгострокової ефективності арттерапії. Дослідження не містять інформації, яка потрібна для розробки рекомендацій використання комплексу методів арттерапії у сполученні з прийомами графічного дизайну, зокрема дизайну друкованих видань. Це актуалізує пошук підходів до гармонійної інтеграції засобів ізотерапії, нейрографіки, графічного дизайну та ілюстрацій у практиці реабілітації постраждалих від війни.

Мета статті — визначення потенціалу графічного дизайну в ролі арттерапії для позитивного впливу на психічний, емоційний та фізіологічний стан індивіда, результатом реалізації якого є поліпшення самопочуття населення в період війни. Підхід до реалізації арттерапевтичного потенціалу в практиці реабілітації постраждалих від війни передбачається побудувати на основі інтеграції методів ізотерапії, нейрографіки, прийомів графічного дизайну та емоційного впливу ілюстрацій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Мистецтво й терапія походять від одного кореня. Творчість надає можливість висловити себе, свої емоції та почуття. Як самостійна галузь теоретичних знань та практичної діяльності, арттерапія почала формуватися на стику науки і мистецтва на початку ХХ століття.

Польський психолог, психотерапевт Борислав Карвасарський відомий своїми дослідженнями і роботою в галузі арттерапії. Він визнаний авторитетом у цій сфері і зробив значний внесок у розвиток та популяризацію арттерапії як методу психологічної підтримки. У праці «Психотерапевтична енциклопедія» Б. Карвасарський надає визначення арттерапії як «використання мистецтва в якості терапевтичного чинника». Він розглядає арттерапію як метод, що базується на творчості та грі, і використовує різноманітні художні виражальні засоби, такі як малювання, скульптура, музика, танець тощо, для сприяння психологічному зціленню та особистісному розвитку (Калька & Ковальчук, 2020).

Характеризуючи основні напрями арттерапії, можна виокремити найбільш популярний, який пов'язаний із дизайном та ілюстраціями. Це ізотерапія — прояв творчості та фантазії за

допомогою малювання, що є прогресивним інструментом позбавлення психологічного напруження та вивільнення від негативних думок. Застосування цього напрямку може бути корисним для психологічного відновлення осіб, які брали участь у військових діях, внутрішньо переміщених осіб або для соціальних активістів, які страждають від емоційного вигорання.

1. Арттерапія за допомогою методу ізотерапії надає можливість людям виразити свої емоції та думки через наратив або символіку. Це може бути особливо корисним для тих, хто має труднощі зі словесним вираженням своїх почуттів. Метод ізотерапії базується на використанні різноманітних малюнків, наративу, кольорів та форм, які можуть бути обраними відповідно до настрою та стану людини. Цей підхід є безпечним і дозволяє використовувати його як допоміжний метод у лікуванні психічних порушень. Крім того, метод ізотерапії може допомогти підвищити самосвідомість та самовідчуття, зняти стрес і тривогу, а також покращити загальний настрій та якість життя, що є важливим аспектом у період війни.

2. За допомогою мистецтва люди можуть вільно виражати свою унікальність та ідентичність, що сприяє саморозвитку й самопізнанню. Ізотерапія надає можливість створювати щось нове та власне: малюнки, ілюстрації, скетчі, а це допомагає підсилити віру в себе й підвищити самооцінку. Втілити це допомагають майстер-класи та арттренинги, які за останній рік набирають популярність та активно розвиваються й модернізуються в Україні, щоб створювати нові методи й підходи в арттерапії та психології.

3. Емоційне вивільнення. Процес створення ілюстрацій може допомогти визволити накопичені емоції, стрес та напруження. Люди можуть відчувати полегшення та знайти спосіб виразити свої переживання, що сприяє психологічному розслабленню й зниженню рівня тривоги.

4. Арттерапія та ізотерапія можуть бути важливими компонентами терапевтичного процесу. Вони створюють безпечне середовище, у якому люди можуть відкрито висловлювати свої емоції, викликати дослідження та зміну поглядів, у результаті відбувається процес позитивного мислення. Слід зазначити, що ізотерапія ви-

користується як несловесний метод у межах терапевтичного процесу. Це допомагає людям засвоїти нові способи сприйняття себе та своєї ситуації, що може сприяти подальшому розвитку і змінам.

Цей напрям становить фундамент арттерапії, оскільки вона передбачає малювання на всіх можливих поверхнях, починаючи від паперу, полотна, закінчуючи дерев'яними та скляними поверхнями, тканиною тощо. Для малювання можна використовувати найрізноманітніші засоби, зокрема фарби, олівці, масляну й художню пастель, фломастери, крейду. Ізотерапія активізує важливі психічні функції (мову, сприймання, рухову координацію, мислення) та забезпечує зв'язок між ними (Фалко & Грановська, 2022).

Психокорекційні можливості ізотерапії полягають у вивченні й дослідженні особливостей подій, ситуацій, спектру емоцій та почуттів, розвитку міжособистісних стосунків, збільшення рівня самоприйняття (Фалко & Грановська, 2022).

Нейрографіка — це один із графічних методів арттерапії, за допомогою якого можна поліпшити свій емоційний стан, зрозуміти та усунути деякі причини проблем. Один із принципів нейрографіки полягає в тому, що будь-яке завдання має графічне вирішення. Цей принцип паралельний методу ілюстрування книг. Використання графічних зображень може сприяти кращому розумінню та сприйняттю інформації, допомагаючи візуалізувати деталі, з'ясувати зв'язки та забезпечувати ефективну комунікацію. Так само як ілюстрації допомагають візуалізувати ідею, графічне вирішення може використовуватися для подання та роз'яснення різноманітних завдань. Цей принцип наголошує на важливості візуального аспекту у вирішенні завдань, а також підкреслює універсальність графічних засобів у поданні інформації.

Будь-яке завдання можна перевести в графіку, у символ. І цей символ є основою для візуального мислення. І зміна символу за допомогою нейрографіки надає змогу запустити процеси мислення так, щоб привести нас до вирішення завдання. У цьому розумінні будь-яке завдання — бізнес, особистісні стосунки, внутрішня гармонія — мають графічне вирішення. Графічний

алфавіт дозволяє моделювати бажані події в нашому житті (Калька та ін., 2021).

Дизайнерка, психологиня Анжела Доцюк запропонувала майстер-клас, темою якого є графічний шлях ліній в арттерапевтичному процесі (Доцюк, 2022). Метою є вираження емоцій та вміння їх розпізнавати за допомогою графічних ліній. Підтримуюча модель контактування засобом композиційного елементу — лінії, проковує внутрішні процеси і емоційний стан (свідомо / не свідомо, залежно від ситуації) відреагувати й продемонструвати, привертаючи увагу психолога на те, що відбувається в конкретний час у позиції консультування. Засоби композиції: крапка, лінія, форма — тісно пов'язані з уявленням нейронної системи головного мозку, кровоносної системи, тіла загалом. Сенсорна система може надати зв'язок між побаченим, почутим і проявленим у невербалізованій формі — графіці, рисунку, хроматичній або ахроматичній плямі. Однак у всьому, що зображується, прихована лінія, пляма, крапка, що є початком зображення, початком власної історії. І сукупність всього створеного нейронами, засобом вібрації тіла (малюнком, зображенням), і є індивідуальним проявленням особистості у творчому процесі і самоідентифікованій моделі почуттів, 147 емоцій, відчуттів (Доцюк, 2022).

Отже, за допомогою методу нейрографіки утворюються абстрактні зображення, композиції, які можуть використовуватись як ілюстрації до різних жанрів книг та сучасного дизайну друкованих видань. Подібні зв'язки можуть утворювати нові комбінаторні методики в арттерапії.

Для глибшого розуміння процесу впровадження арттерапевтичних методів та їх практичного застосування слід згадати чудове застосування нейрографіки, яке реалізовано Іриною Гошко спільно з інклюзивно-ресурсним центром у м. Коростень під назвою «Книжкова ілюстрація — простір творчої та психологічної підтримки» 2023 р. та майстер-класи з ізотерапії «Різдвяний янгол» 2022–2023 рр. для дітей з інвалідністю, дітей з особливими освітніми потребами, дітей ВПО. Директорка ІРЦ Тетяна Василенко зазначає, що заходи сприяли покращенню комунікативних навичок дітей, а також

малювання фарбами спонукали учасників до альтернативних методів спілкування. Цей метод арттерапії є чудовим поштовхом для розвитку креативності та пошуку нестандартних рішень у буденних та кризових ситуаціях. Проведення таких майстер-класів для дітей — це чудовий спосіб полегшити психоемоційний стан, підвищити віру в себе, виразити власні почуття та сприяти соціалізації.

Ці проекти підтверджують актуальність арттерапії та її можливості в контексті психологічної підтримки і творчого розвитку особистості. Реалізація арттерапевтичних методів у вищезгаданих проектах вказує на важливість використання таких інноваційних підходів у роботі з психологічними та творчими аспектами розвитку і самореалізації особистості в сучасному суспільстві.

Зовнішній вигляд та дизайн книги впливає на стан людини. Хефзіба Андерсон у статті для BBC NEWS Україна згадала роботу Джейн Смайлі «Тринадцять способів сприйняття роману» (Андерсон, 2016). Авторка книги зазначила: “Many people, myself among them, feel better at the mere sight of a book” (Smiley, 2006).

Застосування арттерапії в дизайні друкованих видань використовує шотландська художниця Джоанна Басфорд у своїй діяльності. Твори Джоанни Басфорд поєднують унікальність художнього дизайну з позитивним впливом на психічний стан людини. За допомогою своїх арттерапевтичних книг Джоанна створює можливість для людей зосередитися, зняти стрес та покращити своє самопочуття. Діяльність Джоанни Басфорд має значний вплив на розвиток арттерапії як наукової дисципліни. Її книги послужили стимулом для численних досліджень, що підтверджують позитивний вплив творчості на здоров'я та благополуччя людини. Перша розмальовка «Таємничий сад» вийшла у 2013 р. та відразу стала лідером продажів на Amazon. Разом із книгами «Зачарований ліс» (рис. 1а), «Загублений океан» (рис. 1б), «Магічні джунгли» (рис. 1в) й «Різдво Джоанни» (рис. 1г) вони створили новий тренд в арттерапії (Басфорд Джоана, б.д).



Рис. 1а. Книга «Зачарований ліс» Джоанни Басфорд
Fig. 1a. Book "Enchanted Forest" by Joanna Basford

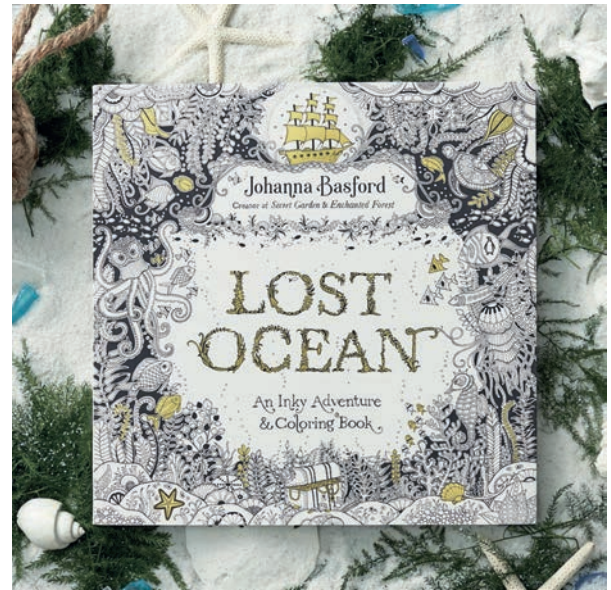


Рис. 1б. Книга «Загублений океан» Джоанни Басфорд
Fig. 1b. The book "The Lost Ocean" by Joanna Basford



Рис. 1в. Книга «Магічні джунглі» Джоанни Басфорд
Fig. 1c. The book "The Magical Jungle" by Joanna Basford

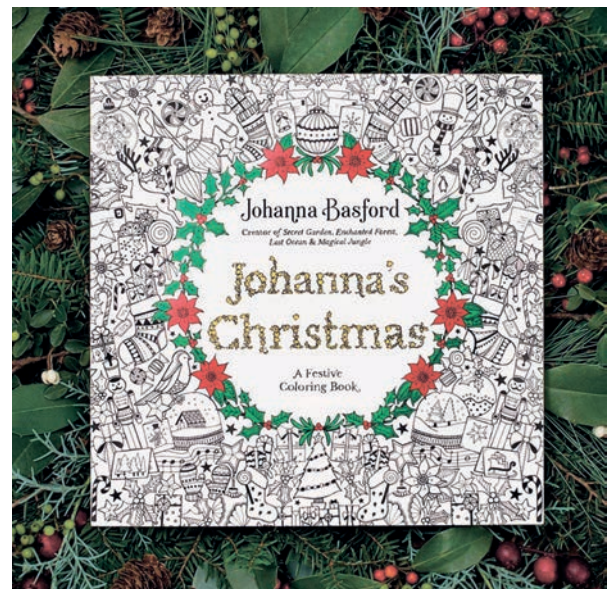


Рис. 1г. Книга «Різдво Джоанни» Джоанни Басфорд
Fig. 1d. The book "Joanna's Christmas" by Joanna Basford

Ілюстрації мають великий вплив на емоційний стан людини, оскільки вони викликають у ній різноманітні почуття та асоціації. Колір, композиція, форма та використання деталей у графічних зображеннях можуть надати різних емоційних вражень. Наприклад, яскраві кольори та позитивні образи на обкладинці книги можуть викликати радість та задоволення у читача, що спонукає його відчувати позитивні емоції і бажання дізнатися більше про вміст книги. Важливе значення мають положення, сформульовані в літературі з психології, про взаємозв'язок

ілюстрації з основними психічними процесами: відчуттями і сприйняттям (зоровим), увагою, мисленням, пам'яттю, емоціями — праці Б. Г. Ананьєва, Л. М. Веккера, Е. А. Громової, О. М. Леонтьєва, Л. А. Матвєєвої (Федіна, 2014).

В арттерапії візуальне враження та сприйняття ілюстрацій через колір та форму відіграють ключову роль у впливі на емоційний стан людини. Кожен колір має своє власне емоційне забарвлення, викликаючи різні почуття та асоціації. Форми, використані в малюнку, також можуть передавати силу індивідуальних переживань.

Комбінування кольорів і форм може сприяти самовираженню, релаксації та відновленню психічної гармонії в ході арттерапевтичного процесу.

Позитивні та негативні кольори мають значний вплив у сприйнятті емоцій. Серед позитивних кольорів можна означити яскраві та теплі відтінки, такі як червоний, жовтий та оранжевий, які часто асоціюються з енергією, радістю та оптимізмом. З іншого боку, темні відтінки, такі як чорний та темно-синій, можуть створювати враження й асоціації з певною мірою та загадковістю, але також можуть викликати відчуття тяжкості чи печалі. Психологи часто використовують знання про вплив кольорів та їх емоційні асоціації у своїй роботі із суспільством під час війни та емоційних потрясінь. У ситуаціях конфлікту та стресу важливо розуміти, як визначені кольори можуть впливати на психічний стан та емоційний стан людей.

Арттерапія в Україні динамічно розвивається та є напрямом психотерапії, який використовує мистецтво як засіб комунікації та самовираження. Основна особливість арттерапії в Україні полягає в її мультимодальному підході, який використовує різні види мистецтва, зокрема малювання, скульптура, музика, танець, театр, для стимуляції творчості та самовираження людей. Сучасні підходи надають нових можливостей розвитку в цій сфері. У період війни за підтримки іноземних партнерів, спонсорів, благодійників, починаючи від великого дитячого фонду ООН (UNICEF), який надає необхідну допомогу дітям і сім'ям, які постраждали через війну в Україні, закінчуючи малими благодійними фондами в обласних та районних центрах, реалізується велика кількість програм та заходів, що присвячені арттерапевтичній підтримці для українців.

Наприклад, центр сучасного мистецтва М17 запустив проєкт «Реабілітація: Арт-терапія»¹, що спрямований на мистецько-психотерапевтичну реабілітацію для матерів і дітей, що постраждали від російської агресії та потребують психологічної підтримки. Метою проєкту є використання арттерапії та артрефлексії як засобів психологічної допомоги постраждалим під

керівництвом професійних психологів, а також надання важливої фактичної та практичної інформації для розробки ефективних систем реабілітації психологічної травми, спричиненої війною. Відгук Дзвенислави Новаківської з Гостомеля, учасниці майстер-класів: «Завдяки різним художнім технікам під час сесій майстер-класів вдається відновити той внутрішній порядок, який ззовні зруйнований та зламаний: відновити порядок у своїй свідомості. Зі спустошеності через творчий потік народжується та проростає нове. Коли є місце для любові, а не лише для агресії, набагато легше «життя наповнювати» (Відгук учасниці майстер-класів від проєкту «Реабілітація: Арт-терапія» від ЦСМ М17).

Отже, впровадження таких проєктів в освітніх та культурних інституціях сприятиме популяризації арттерапії та зростанню її популярності серед населення. Сучасні методи арттерапії, які вміщують в собі напрями нейрографіки, ізотерапії, психологічного впливу ілюстрацій та дизайну книг, мають позитивну перспективу розвитку в Україні, тому що:

- по-перше, зросла свідомість про важливість арттерапії як ефективного методу психологічної підтримки та розвитку особистості, що надає нових можливостей для безпосередньої участі у цьому процесі;
- по-друге, в Україні за останній час спостерігається значний розвиток у сфері культурного та мистецького життя. Творча молодь пропонує ідеї та знаходить більше можливостей для висвітлення тем, пов'язаних із мистецтвом та арттерапією;
- по-третє, інтеграція арттерапії з нейрографікою (графічним дизайном) може сприяти підвищенню обізнаності громадськості про психологічні проблеми й психічне здоров'я та мистецтво доступними методами, що є нині актуальним.

Висновки. Результати дослідження підтверджують, що графічний дизайн друкованих видань та ілюстрацій як інструмент арттерапії може мати значний позитивний вплив на психічне здоров'я населення в період війни через

¹ <https://m17.kiev.ua/exhibition/art-therapy/>

візуальне враження та сприйняття. Це можна помітити в кольорах, формах та зображень природи і спокійних ілюстрацій. Не менш важливим аспектом є соціальна взаємодія творчості та самовираження. Вони надають можливість кожному висловити свою індивідуальність та унікальність, а також відновити пошкоджені соціальні зв'язки. Однак нині є недостатня кількість методик, завдяки яким реалізовуватимуться проекти такого вузького спрямування. Використання естетично привабливих та емоційно заряджених ілюстрацій сприяє стимуляції творчості, самовираженню та розслабленню, що допомагає загальному покращенню настрою та самопочуття населення. Дослідження сприяє зростанню використання арттерапевтичних методик, які пов'язані з дизайном та ілюстраціями друкованих видань в умовах конфлікту та пропонує практичні рекомендації для дизайнерів і терапевтів, які працюють у цій галузі. Використання художніх методів у дизайні друкованих

видань та ілюстрацій має різноманітні терапевтичні й творчі переваги. Незалежно від того, чи використовуються вони в терапевтичних умовах або як інструмент для створення візуально привабливих ілюстрацій та друкованих видань, ці методи можуть допомогти людям передати та покращити свій емоційний стан в унікальний і потужний спосіб.

У статті реалізовано порівняльний аналіз ефективності засобів ізотерапії у сполученні з методами нейрографіки. Запропоновано підхід до ефективної реалізації антистресового потенціалу дизайну видання та ілюстрацій як засобу арттерапевтичного впливу на покращення психічного та емоційного стану категорій населення, що постраждали внаслідок воєнного конфлікту. Показано, що ефективність впливу графічного дизайну на реабілітацію населення залежить від гармонізації наративу дизайн-творів із методами нейрографіки, у результаті чого графічні сюжети набувають більш дієвого емоційного потенціалу.

Список літератури

- Андерсон, Х. (2016, Лютого 7). *Чудодійна сила книготерапії*. BBC NEWS Україна. https://www.bbc.com/ukrainian/vert_cul/2016/02/160205_vert_cul_can_you_read_yourself_happy_vp
- Басфорд, Джоанна. (б.д.). *Головна* [Сторінка Instagram]. Instagram. Отримано Лютого 18, 2023, з <https://www.instagram.com/johannabasford/>
- Будник, А., & Гошко, І. (2023). Вплив книги на психологічний стан людей в період воєнного конфлікту: мистецький аспект. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Київ, 18 травня 2023 року, НАКККіМ), с. 34.
- Відгук учасниці майстер-класів від проекту «Реабілітація: Арт-терапія» від ЦСМ М17.* [Сторінка Instagram]. Отримано Жовтня 9, 2023, з https://www.instagram.com/p/Cs4CGC-t2ZF/?img_index=1
- Доцюк, А. (2022). *Графічний шлях ліній у арттерапевтичному процесі: зб. тез доп. міжнар. наук.-практ. конф.*, (м. Київ, 17–18 червня 2022 р.), с. 146.
- Калька, Н., & Ковальчук, З. (2020). *Структурні та функціональні характеристики арт-терапії: навч.-метод. посібник*. (С. 7). Львів.
- Калька, Н., Ковальчук З., & Одинцова, Г. (2021). *Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник*. Ч. 2. (С. 9). Львівський державний університет внутрішніх справ.
- Реабілітація: Арт-терапія. М17. Отримано Жовтня 9, 2023, з <https://m17.kiev.ua/exhibition/art-therapy/>
- Фалко, Є. В. (Рец.), & Грановська, Ю. В. (2022). *Методи арт-терапії в роботі практичного психолога. Методичний посібник*. (С. 13–14). Клеванська спеціальна школа №1 I–III ступенів Рівненської обласної ради.
- Федіна, Ю. (2014). Освітньо-виховний потенціал ілюстрації дитячої книги. *Вісник Інституту розвитку дитини. Сер.: Філософія, педагогіка, психологія*. Вип. 35, 119–124.
- Smiley, J. (2006). *13 Ways of Looking at the Novel Paperback*. (P. 608). Anchor books; Reprint edition.
- Kim, S. Y, Lee, J. S, & Choi, H. (2023). The Effects of Art Therapy on Anxiety and Distress for Korean–Ukrainian Refugee: Quasi-Experimental Design Study. *Healthcare (Switzerland)*. DOI: 10.3390/healthcare11040466
- Zadeh, R, & Jogia, J. (2023). The Use of Art Therapy in Alleviating Mental Health Symptoms in Refugees: A Literature Review. *International Journal of Mental Health Promotion*. DOI: 10.32604/ijmh.2023.022491

References

- Anderson, Kh. (February 7, 2016). *Chudodiina syla knyhoterapii*. BBC NEWS Ukraina. https://www.bbc.com/ukrainian/vert_cul/2016/02/160205_vert_cul_can_you_read_yourself_happy_vp [In Ukrainian].
- Basford, Dzhoanna. (b.d.). *Holovna* [Page Instagram]. Instagram. Retrieved February 18, 2023, from <https://www.instagram.com/johannabasford/> [In English].
- Budnyk, A., & Goshko, I. (2023). The influence of a book on the psychological state of people during a military conflict: the artistic aspect. *Materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (Kyiv, May 18, 2023, NAKK-KiM), p. 34. [In Ukrainian].
- Feedback from a participant of the workshops from the project “Rehabilitation: Art Therapy” project by M17. [Page Instagram]. Retrieved October 9, 2023, from https://www.instagram.com/p/Cs4CGC-t2ZF/?img_index=1 [In Ukrainian].
- Dotsiuk, A. (2022). Hrafichni shliakh linii u artterapevtychnomu protsesi: zb. tez dop. mizhnar. nauk.-prakt. konf., (Kyiv, June 17–18, 2022), p. 146. [In Ukrainian].
- Kalka, N., & Kovalchuk, Z. (2020). *Structural and functional characteristics of art therapy: a manual* (P. 7). Lviv. [In Ukrainian].
- Kalka, N., Kovalchuk, Z., & Odyntsova, H. (2021). *Workshop on art therapy: a study guide. P. 2. (P. 9)*. Lviv State University of Internal Affairs. [In Ukrainian].
- Rehabilitation: Art therapy*. M17. Retrieved October 9, 2023, from <https://m17.kiev.ua/exhibition/art-therapy/> [In Ukrainian].
- Falko, Ye. V. (Reviser), & Hranovska, Yu. V. (2022). *Methods of art therapy in the work of a practical psychologist. Methodological manual*. (p. 13–14). Klevan specialized school No. 1 of I–III grades of Rivne regional council. [In Ukrainian].
- Fedina, Yu. (2014). *The educational potential of children’s book illustrations*. Visnyk Instytutu rozvytku dytyny. Ser.: Filozofia, pedahohika, psykholohiia. Issue 35, 119–124. [In Ukrainian].
- Smiley, J. (2006). *13 Ways of Looking at the Novel Paperback*. (P. 608). Anchor books; Reprint edition. [In English].
- Kim, S. Y, Lee, J. S, & Choi, H. (2023). The Effects of Art Therapy on Anxiety and Distress for Korean–Ukrainian Refugee: Quasi-Experimental Design Study. *Healthcare (Switzerland)*. DOI: 10.3390/healthcare11040466 [In English].
- Zadeh, R., & Jogia, J. (2023). The Use of Art Therapy in Alleviating Mental Health Symptoms in Refugees: A Literature Review. *International Journal of Mental Health Promotion*. DOI: 10.32604/ijmhp.2023.022491 [In English].

Надійшла до редколегії 28.08.2023

A. В. Будник
кандидат мистецтвознавства, доцент, Київський національний університет культури і мистецтв, м. Київ, Україна

I. О. Гошко
магістр дизайну, Київський національний університет культури і мистецтв, м. Київ, Україна

A. Budnyk
Candidate of Art Criticism, Associate Professor, Kyiv National University of Culture and Arts, Kyiv, Ukraine

I. Goshko
Master of Design, Kyiv National University of Culture and Arts, Kyiv, Ukraine