

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ  
СПРАВ**

**АРТТЕРАПІЯ  
І ВІЙНА:  
контексти і досвід  
практичної роботи**

**Коллективна монографія**



**Львів – 2023**

УДК  
ББК  
К 17

*Рекомендовано до друку Вченою радою Львівського державного  
університету внутрішніх справ  
(Протокол №14 від 28 червня 2023 р.)*

**Рецензенти:**

**Ковальчук З. Я.** – доктор психологічних наук, професор завідувач кафедри теоретичної психології Інституту управління, психології та безпеки Львівського державного університету внутрішніх справ.

**Підлипна Л. В.** – кандидат психологічних наук, доцент, директор Івано-Франківського обласного центру практичної психології та соціальної роботи, директор Асоціації практикуючих психологів Івано-Франківської області, психолог, арт-терапевт, гештальт-терапевт.

**Наукова експертиза:**

**Вознесенська О. Л.**, кандидат психологічних наук, старша наукова співробітниця, старша наукова співробітниця лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, членкиня Ради правління ГС «Національна психологічна асоціація», президентка ВГО «Арт-терапевтична асоціація».

**Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи.** /за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. [Колективна монографія]. Львів: К 17 ЛьвДУВС, 2023. 283с.

Колективну монографію присвячено висвітленню результатів роботи психологів з використанням арттерапевтичних технік у супроводі та надання психологічної допомоги особам, що переживають події війни в Україні.

У монографії презентовано результати використання низки арттерапевтичних технік, методів та методик, завдяки яким можна розширити професійний арттерапевтичний арсенал та інструментарій та окреслити особливості, переваги, проблеми та ризики його застосування.

Колективна монографія адресована практичним психологам, арттерапевтам, науково-педагогічним працівникам та здобувачам закладів вищої освіти, науковцям.

*Усі публікації подано в авторській редакції*

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА</b> ( <i>Вознесенська Олена</i> ) .....	4
--	---

### РОЗДІЛ 1.

#### **ЗЦПЛЕННЯ МИСТЕЦТВОМ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ: СТРАТЕГІЇ РОБОТИ, МАТЕРІАЛИ, ЗАСТЕРЕЖЕННЯ**

<b>КАТОЛИК Галина.</b> Арттерапевтичні техніки і практики в роботі з кризовими клієнтами в час широкомасштабної війни росії в Україні.....	8
<b>ВОЗНЕСЕНСЬКА Олена.</b> Ризики та обмеження застосування арттерапії в час війни.....	37
<b>ЛЕВУС Надія.</b> Застосування арттерапевтичних конфронтацій у роботі з травмівними спогадами.....	57
<b>ОДИНЦОВА Галина.</b> Можливості казкотерапії у трактуванні клієнтських казок.....	70
<b>АНДРУШКО Людмила, ЛЕГКА Андріана.</b> Пошук психологічного ресурсу у кольорі в умовах воєнних дій.....	88
<b>ЦИМБАЛА Олеся.</b> Терапевтичні властивості глини: особливості застосування в умовах війни.....	98
<b>БЕРЕЗОВСЬКА Лариса.</b> Піскова терапія у роботі з втратою в умовах війни: можливості діагностики.....	112

### РОЗДІЛ 2.

#### **ПРАКТИКА АРТТЕРАПІЇ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

<b>КАЛЬКА Наталія.</b> Арттерапевтичний потенціал артбуку у роботі із резильєнтністю особистості у час війни: рефлексивний аналіз.....	129
<b>ГРИЦІВ Наталія.</b> Метафоричні карти в просторі формування успішної особистості (за результатами впровадження авторської тренінгової програми Make yourself) .....	148
<b>АНДРУНИК Василь, КАЛЬКА Наталія.</b> Особливості застосування арттерапії у віртуальній реальності у роботі з дітьми з РАС.....	159
<b>БАРДИН Наталія.</b> Особливості здійснення психологічного супроводження поліцейських із застосуванням засобів арттерапії в умовах воєнного стану...	173

### РОЗДІЛ 3.

#### **АРТТЕРАПІЯ ДІТЕЙ: СТАБІЛІЗАЦІЯ ТА ВІДНОВЛЕННЯ**

<b>АЛЕКСАНДРОВ Денис.</b> Психологічна допомога дітям в умовах війни засобами ігрової анімації.....	193
<b>МРАКА Наталія.</b> Арттерапія в роботі з дітьми ВПО.....	223
<b>УГРИН Ольга.</b> Коли бракує слів... Арттерапія у роботі з переживанням травмівного досвіду дітей, які постраждали внаслідок війни.....	237
<b>ЛУЦЕНКО Олена.</b> Можливості арттерапії в супроводі дітей та підлітків в умовах війни: застосування образу руки.....	250
<b>КРУКЕНИЦЬКА Ольга.</b> Застосування арттерапевтичних технік у роботі з ресурсними стани у дітей з окупованих територій. ....	263
<b>СКАКОВСЬКА Анастасія.</b> Арттерапія як метод подолання страхів у дітей з онкогематологічними захворюваннями в умовах стаціонарного лікування...	273

**Андрушко Людмила,**

кандидат мистецтвознавства,

доцент кафедри українознавства

Львівський державний університет внутрішніх справ,

ORCID ID: [orcid.org/0000-0001-9040-5906](https://orcid.org/0000-0001-9040-5906)

**Легка Андріана,**

викладач кафедри практичної психології

Інституту управління, психології та безпеки

Львівський державний університет внутрішніх справ,

ORCID ID: [orcid.org/0000-0001-5981-6651](https://orcid.org/0000-0001-5981-6651)

## **ПОШУК ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ У КОЛЬОРІ В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ**

**Анотація.** У статті розглядається важливість піклування про особистісне ментальне здоров'я під час війни за допомогою пошуку ресурсу та підтримки кольором. Описується вплив кольору на особистість та його значення на організм людини загалом. Проаналізовано закономірності позитивного та негативного впливів кольорів на психологічний стан людини. Запропоновано арт-терапевтичні техніки, що відновлюють та активізують власний ресурс.

**Ключові слова:** самотурбота, ресурс, колір, кольорове сприйняття.

**Abstract.** The article examines the importance of caring for personal mental health during wartime through resource sourcing and color support. The influence of color on personality and its meaning on the human body in general is described. The patterns of positive and negative effects of colors on a person's psychological state have been analyzed. Art therapy techniques that restore and activate one's own resources are proposed.

**Key words:** self-care, resource, color, color perception.

**Вступ.** Збройна агресія з боку РФ на території України в період з 24 лютого 2022 року і по сьогодні торкнулася кожного громадянина нашої країни і поза нею, диктує нові виклики до адаптації та життя у воєнних умовах. Більшість людей не були готові до такого сценарію, однак людська психіка володіє достатнім резервом захисних механізмів для збереження оптимального психічного стану, зокрема і в період війни, але психіка потребує оновлення та наповнення.

Психологічна допомога з перших днів повномасштабного вторгнення розпочала активну діяльність для надання психологічної підтримки психоемоційного стану та ментального здоров'я людей. Активно працюють психологічні служби, перша психологічна допомога, використовуються усі доступні інформаційні канали інформування населення про збереження, підтримку та надання самопомоги, щоб полегшити емоційне навантаження на психіку. Так розробляються та поширюються і по сьогодні корисні поради для населення через додаток viber, telegram-канал, засоби масової інформації, у яких можна знайти корисну інформацію щодо покращення емоційного стану під час масових трагедій під час війни, подолання порушень адаптації, хронічного стресу, тривожності, підтримки для емігрантів та пристосування до умов життя в чужій країні.

Нестабільність емоційного стану в умовах війни є нормальним станом. Проте не всі загальнодоступні і відомі поради однаково допомагають усім, саме тому ми прагнемо розкрити важливість самотурботи людини, що відчуває погіршення свого стану та якості життя, навчитися знаходити сили у власному ресурсі, адже у нас самих багато нерозкритої сили та стійкості.

Під власним ресурсом слід розуміти саме те, що дає нам сили наповнитися. Варто вказати, що виділяють кілька видів ресурсу : власний (те, що подобається людині, що відновлює її через виконання звичних справ); ресурс у взаєминах (спільна взаємодія з іншими, спілкування на важливі теми з родиною, прогулянки з близькими); ресурс в команді чи колективі

(підтримка колег, виконання спільного робочого завдання, обговорення поточного психологічного стану).

Особистість обирає для себе самотійно один або кілька рівнів відновлення ресурсу для підтримки себе у важкі періоди життя. В умовах війни ми прагнемо розширити ці рівні відновлення для використання і звертаємо увагу на те, що ще нас оточує і де ми здатні черпати сили та зцілюватися. Природа, відкриття нових місць, збереження сімейних традицій та інше – добре відомий шлях для стабілізації. Але ми також вважаємо, що колір є тим природнім явищем, яке здатне допомогти прожити, відреагувати емоційні переживання, усвідомити свої потреби і бажання, виявити витіснені зони, а також колір здатний надати емоційне полегшення та оздоровитися психологічно.

**Виклад основного матеріалу.** Проблема вивчення впливу кольору на психіку людини цікавила багатьох науковців, серед яких і психологи, і етнографи, і медики, і педагоги, і навіть дизайнери. Їх пояснення узагальнюються у багатьох теоретичних та емпіричних дослідженнях. Та саме ХХ століття стало проривом у науковому вивченні кольору, відмінностях колірних систем, їх практичне застосування, вивчення людського зору та особливостей кольорової гами із людською психікою, створення кольоротерапії як самотійного психологічного напрямку.

Походження кольору сьогодні переживає етап свого становлення як самотійного розділу психології сприйняття кольору і важливими у цьому напрямі є праці П.Яньшина [9]. Про вплив кольору на людину та його використання в медичній практиці досліджує М.Дерібере [1].

Своєрідність кольору як об'єкта теоретичних та емпіричних досліджень полягає у тому, що він зумовлює необхідність зарахування його до явищ об'єктивної дійсності з іншими ознаками, що впливають на психологічний та фізичний стан особистості.

У праці науковця Л. Бондс «Магія кольору» охарактеризовано декілька дуже цікавих технік допомоги собі за допомогою кольору [8], а у

сучасних психологічних розробках описано різноманітні арт-терапевтичні вправи та техніки для дослідження особистості та вирішення психоемоційних труднощів, де використовують малюнок як спосіб представлення внутрішнього світу людини та колір, який відображає психоемоційне забарвлення та ставлення до події, що в комплексі сприяє кращому саморозумінню та вивільненню через малюнок і вибір кольору внутрішніх почуттів та відчуттів, а також безпечно для психіки через низку символів і значень краще розуміти себе, віднайти внутрішні сили та ресурси.

Серед основних видів впливу кольору на особистість виділяють: фізичний, оптичний та емоційний. На фізичному рівні колір здійснює вплив на фізіологію особистості, дія якого залежить від якості кольору, його кількісного впливу, часу впливу, властивостей нервової системи людини, статі, віку, ставлення особи до нього, насиченості та інших ознак. Серед кольорової гами найбільш впливовими за фізіологічною дією виявляються кольори синього та червоного, вони сприяють активності до розмови та збуджують психоемоційно [2].

Психологічний вплив кольору проявляється переживаннями, почуттями, емоційним станом, які людина здатна відчутти під дією кольорів. Це відповідає емоційному впливу кольору. Також ці особливості виявляють оптичні властивості кольору. До прикладу, коли через щілину стіни з дощочок проникає промінь світла, то щілина здається ширшою, ніж є насправді, а в час коли світить сонце крізь віття дерев, ці гілки здаються більш тонкими, ніж завжди.

Значення кольору та його вплив на організм людини цікавило дослідників давно. Колір – це явище, яке притягує певний настрій, надає естетики та почуття красивого у наше життя, впливає на стан нашого здоров'я. Зрештою кольоротерапія являється одним із способів лікування, що характерне було у низці країнах, Єгипті, Індії, Китаї та інших країнах світу. Сьогодні і в Україні часто використовуються феномени кольору при впливі на організм людини, зокрема в арт-терапевтичній практиці. До прикладу,

жовтий колір використовувався китайським лікарями при лікуванні недуг із шлунком, шарфи червоного кольору радили носити тим, хто хворів на скарлатину.

Надаючи перевагу тому чи іншому кольору, ми стаємо більш індивідуальні та з особливою енергетикою. Через колір ми сприймаємо інших, а також демонструємо себе: людина, що одягнена у чорний колір повністю швидше сприйматиметься як ділова, серйозна, або вона перебуває у траурі (у випадку якщо цей колір відповідає культурному середовищі і сприйняттю), і мало ймовірно вона видаватиметься нам веселою чи життєрадісною. Швидше ми сприйматимемо її насторожено, із побоюваннями. Яскравість вибору в одязі, навпаки манить погляди, характеризує таких осіб як відкритих, дружелюбних, люблять бути в центрі уваги.

Науковцями з'ясовано, що закономірності кольору впливають на психологічний стан особистості, червоний – стимулює, збуджує, проявляє агресивну частину, жовтий діє як заспокійливе при недоброму настрої [9].

Хочемо наголосити, що вплив кольору на людину та сприйняття нею як позитивного чи негативного не є сталим. В різних країнах, культурах, серед різних національностей, чоловіків та жінок ставлення до кольорів інтерпретується по-різному. Це важливо враховувати при виготовленні продукції для споживання та трактуванні психологічних символів кольорової гама в практичній роботі із клієнтами. Так наприклад, образ дівчини в білій сукні, який в більшості країн асоціюється з щасливою нареченою, в Китаї викличе, швидше, сльози і скорботу, а блакитний колір в Америці викликає асоціації процвітання, в той час як у Європі викликає негативну реакцію, оскільки асоціативно прив'язується до сексуальних меншин. Саме тому при сприйнятті та інтерпретації кольорової гама важливо враховувати національне походження людини, щоб не нашкодити розвитку та іміджу.

Щодо психологічного тлумачення та впливу кольору на організм та психіку людини, психолог здатен на основі виборів кольорового сприйняття



визначити психотип, темперамент людини та допомогти знайти місце серед колективу, соціуму.

Тому вважаємо за необхідне коротко описати психологічні характеристики кольорів та їх тлумачення щодо впливу на людину як суб'єкта, якими послуговується здебільшого психологи у своїй роботі.

Білий колір здебільшого вважається кольором очищення, відкритості і божественності. Білий колір асоціюється з хмарами, денним світлом, чистотою, довершеністю і недоторканістю. Якщо людина надає перевагу білому кольору, це означає, що вона готова звільнитися від стереотипів, старих захоплень і почати нове життя. Цей колір зцілює та здійснює тонізуючу дію на організм людини і ефективно використовується для підкреслення будь-якого іншого кольору. Білий здійснює благотворний вплив на замкнених і скованих [7].

Для чорного кольору властиво таємниче і невідоме. Він асоціюється з темінню, ніччю, видіннями, бунтом, руйнуванням і смертю. Чорний колір більше орієнтований на внутрішній світ людини, на те, що заховане в глибинах несвідомого. Чорний символізує кінець всього суцього і завершення життєвого циклу. Але саме чорний колір дає початок і всьому новому. Також чорний мішає людині відчувати, що йому не вистачає в житті, затримує його рух вперед. Для подолання прив'язаності до чорного кольору слід користуватися іншими кольорами.

Синій колір сприяє набутти внутрішнього спокою, стимулює творчість, віру і вірність. Як колір душевного спокою, він пов'язаний з самоаналізом і самозаглибленням. Синій знижує м'язеву напругу, значно зменшує відчуття болю. В кольоровій терапії синій використовується для лікування нервових захворюваннях, надто збудливих і буйних. Нерідко застосовується при тривозі, безсонні і неспокої. Синій допоможе при розумовій втомі, а також забезпечить необхідну гнучкість, тим хто звик діяти жорстко і прямолінійно. Синій колір надихає на творчість, духовний пошук і виступає провідником в

світ інтуїції. Синій колір являє собою силу розуму, мудрість і ясність думок [12].

Червоний зазвичай характеризує енергію та силу, пов'язаний з фізичною активністю, волею, чуттєвістю, сексуальністю і агресивністю. Це колір вогню, дії та жаги до життя. Червоний колір дає енергію, активізує і збуджує. Він випромінює тепло, здійснює тонізуючий вплив на нервову систему. Червоний колір здатний допомогти в подоланні інерції, депресії, страху і меланхолії. Цей колір активний, енергійний, теплий, тому зловживання ним може викликати збудження нервової системи, хвилювання, неспокій та головну біль.

Сонце, вогонь, радість, експресивність асоціюється з помаранчевим кольором, теплий та активний. Цей колір допомагає людині відчувати себе більш розкутою та вільною. Помаранчевий настроює на оптимізм, відкритість і спілкування. Він допомагає досягти емоційної рівноваги, довіри до світу і почуття єднання з ним. Помаранчевий колір викликає у людини деякі збудження, але менш сильні, ніж від червоного. Помаранчевий має активізуючу дію на замкнених та недовірливих дітей, допомагає їм звільнитися від страхів, відкритися, довіритись та розвинути нереалізовані здібності [12].

Жовтий – це колір самого сонця, чистий, ясний; він несе в собі ясність, теплоту і енергію. Він останній із спектру теплих кольорових променів. Жовтий пов'язаний з розумовими здібностями, організованістю, увагою до дрібниць. Жовтий сприяє концентрації уваги і чіткості думок. Це тонізуючий колір, а його дія на людину м'яка та ніжна в порівнянні з червоним і оранжевим. Жовтий колір забезпечує організму рівновагу і самоконтроль, допомагає добитися поставленої мети, активізує спілкування, створює гармонійне відношення до життя, підвищує гармонійне відношення до життя, підвищує самооцінку і допомагає при нервовому виснаженні. Цей колір повен оптимізму і радості. В негативному аспекті жовтий – це схильність до критики і несприйняття чужих думок.

Зелений – колір самої природи, постійно змінюється і оновлюється. Цей колір рівноваги і гармонії, стабільності і цілісності. Він викликає почуття умиротворення, спокою і надії, допомагає розвіяти негативні емоції. Дія зеленого створює в організмі відчуття світу і рівноваги, тому ми так добре відчуваємо себе на природі, в лісі. Там ми розслаблюємося, відчуваємо приплив нової енергії, радість, відчуття оновлення і безпечності [9].

Фіолетовий колір, глибокий і красивий, пов'язаний з духовністю, інтуїцією, творчістю, і інтелектуальними здібностями людини. Це таємничий, містичний і загадковий колір. У фіолетовому поєднуються два колірних початки – синій і червоний. Тому він включає в себе спокій і буйність одночасно. Цей колір якимось дивним чином поєднує протилежності: незалежність і підлеглість. сила і слабкість, мудрість і наївність, земне і божественне [12].

Рожевий – це суміш червоного і білого кольорів. Рожевий романтичний і ніжний. Він втілення доброти і м'якості. Тепло рожевого розчиняє все негативне. Рожевий гарно заспокоює, викликає відчуття комфорту і затишку. Це колір примирення і добрих почуттів, він допомагає легко вийти із критичних і конфліктних ситуацій. Рожевий пробуджує інтуїцію, сприяє зміненню застарілих точок зору і допомагає позбутись нав'язливих думок.

Коричневий – символізує надійність, захист і міцність. Він заспокоюючий і стриманий. Людина, яка надає перевагу коричневому кольору, повільно, але вірно рухається до поставленої мети. Вона схильна детально все продумати, розрахувати і лиш тоді приступити до конкретних дій. Особисте життя любителів коричневого може бути досить важким, тому що вони схильні сприймати життя як боротьбу, як вічне подолання перепон і труднощів. Цей колір допомагає відчути себе захищеним і безпечним, знімає тривогу і напруженість, дарує спокій, здоровий погляд на світ і впевненість в собі. До негативних властивостей коричневого можна віднести: розчарування, незадоволеність, депресія і нав'язливі ідеї руйнування [7].

За період воєнної агресії нами було проведено ряд психологічних заходів для підтримки психологічного здоров'я та емоційного наповнення, відновлення та активізації власного ресурсу для внутрішньо переміщених осіб. Арт-терапевтичні техніки довели свою ефективність, тому активно використовуються у практичній діяльності психологами. Техніки «Генеральне прибирання», «Я-електроприлад», «Історія народження одного кольору» – не повний перелік арт-терапевтичних вправ, де за допомогою створення малюнку, символів, вибору кольорів клієнт відображає свою актуальну життєву історію, що сприяє усвідомленню власних потреб та переживань [4, 5, 6,].

Ми хочемо ознайомити із технікою «Історія народження одного кольору», мета якої полягає у дослідженні індивідуального досвіду особистості, де за допомогою кольору клієнт у безпечний та м'який спосіб для психіки описує власні потреби, життєві цінності, особисту позицію, знаходить персональні ресурси [3].

Для виконання цієї техніки клієнту пропонують обрати колір та на аркуші А3 намалювати народження цього кольору та описати історію (казку). На наступному етапі цієї вправи клієнту пропонують відповісти на запитання: який колір Ви обрали та чому? Якими характеристиками цей колір володіє? Які емоції у Вас викликає колір? Як цей колір схожий на Вас? Опишіть, що зображено на малюнку? З яких символів складається та що вони означають для Вас? Яке ваше ставлення до малюнку? Які почуття і усвідомлення у вас приходять про Вас? Чи подобається він Вам? Як цей колір та малюнок пов'язані з реальним життям?

В ході інтерпретації вправи психологу чи терапевту для роботи із ресурсами рекомендовано звернути увагу на обраний клієнтом колір для виконання техніки, акцентуючи увагу при цьому на позитивні психологічні характеристики кольору, що сприяють руху, активації. Також отримати інформацію від клієнта щодо нього, в цілому додати що відомо про значення кольору ще. Для детальної характеристики психологічних особливостей

клієнта варто взяти до уваги інтерпретацію кольорів. Під час інтерпретації варто звернути увагу на те, що малюнок кольору відображає особистісні характеристики клієнта, а сам малюнок – це життєвий анамнез клієнта, казка при цьому допомагає прожити цей шлях. Це може стати підказкою для руху вперед та подальшої психологічної роботи. При роботі із клієнтом важливо спокути саме його до самостійних роздумів, пояснення та пошуку подібностей із своїм реальним життям [3].

**Висновок.** Таким чином, при виборі належного кольору для людини, він може позбавляти окремих недуг, сприяти релаксації і душевному відновленню. Колір важливий для кожного, бо саме він наповнює тіло та надає підтримку душі. За кольоровою гамою ми розрізняємо культурні традиції народів, де в кольорі зашифрований психогенетичний код кожної особистості. Колір дозволяє утотожнюватися психологічному стану, оскільки саме він якнайкраще проявляє важливе, близьке та актуальне для особистості. Колір володіє рушійною силою впливу на персональні ресурси та підтримку ментального стану у час воєнних дій.

### Список використаних джерел

1. Андрушко Л. М., Ясінський В. П. Вплив білого кольору на психіку та фізіологічні функції людини. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія психологічна: збірник наукових праць / головний редактор М. М. Цимбалюк. Львів: ЛьвДУВС, 2013. Вип. 2. 344 с.
2. Андрушко Л.М. Вплив синього кольору на психіку та фізіологічні функції людини. *Вісник Закарпатської академії мистецтв*. Випуск 9: Збірник наукових праць / Ред. кол.: Небесник І. І. та ін. Ужгород: Закарпатська академія мистецтв, 2017. 188 с.:
3. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
4. Калька Н., Ковальчук З., Одинцова Г. Практикум з арт-терапії. Ч.2. Львів: ЛьвДУВС, 2021. 148 с.

5. Калька Н.М., Багрій В.В., Легка А.І. Використання техніки «генеральне прибирання» для роботи з ресурсами. *Як вижити у світі, де дорослі «з'їхали з глузду»?* Збірник тез IV Міжнародної науково - практичної конференції. 4-5 червня, Львів-Тернопіль, 2022. С.95-97.

6. Калька Н.М., Легка А.І. Використання арт-терапевтичних технік для роботи з ресурсними станами (з досвіду застосування техніки «я-електроприлад») *Як вижити у світі, де дорослі «з'їхали з глузду»?* Збірник тез IV Міжнародної науково - практичної конференції. 4-5 червня, Львів-Тернопіль, 2022. С. 97-100.

7. Карпенко Є. *Методи сучасної психотерапії: навч. посібник.* Дрогобич: Посвіт, 2015. 153 с.

8. Мергут О. У гармонії з кольором. О. Мергут. *Психолог.* 2006. №37. С. 17-21

9. Назаревич В. Малюнок як метафоричний образ особистої історії клієнта. *Простір арт-терапії: ресурси зцілення: Матеріали XI міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Київ, 3-4 квітня 2014 р.)* / За наук. ред. А.П. Чуприкова, Л.А. Найдьонові, О.А. Бреусенка-Кузнєцова, О.Л. Вознесенської, О.М. Скнар. К.: Золоті ворота, 2014. С. 162-164.

10. Січкара Л. Хромотерапія, або Лікування кольором, кольорова медитація. Любов Січкара. *Дитячий садок.* 2008. № 21-24. С.95-96.

11. Суріна Л.М., Баранов А.А., Сурін-Левицький С.В. Вплив кольору на здоров'я, кольоротерапія – лікування кольором. *Улюблена.* 2008. № 7. С. 68-72.

12. Цицуньнікова О. Арт-терапія в освіті як один з методів здоров'язберігаючих технологій URL:  
<https://cdtnadiya.klasna.com/uk/site/doslidzhennya-art-terapiy.html>