

УДК 128.572.1

«ЗБЕРЕГТИ СМАРАГДОВІ САДИ» АРТТЕРАПІЯ У РОБОТІ З ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЮ КРИЗОЮ У ДІТЕЙ

Мрака Наталя,

*кандидатка психологічних наук, Інститут управління, психології та безпеки
Львівського державного університету внутрішніх справ;
психологиня Центру реабілітації ветеранів АТО «Фенікс»,
членкиня ВГО «Арт-терапевтична асоціація» (Львів)*

«SAVE THE EMERALD GARDENS» ART THERAPY IN WORK WITH EXISTENTIAL CRISIS IN CHILDREN

Mraka Natalya,

*candidate of psychological sciences, Institute of Management,
Psychology and Security Lviv State University of Internal Affairs;
psychologist of the Center for the Rehabilitation of Veterans
of the ATO «Fenix», NGO «Art Therapeutic Association» (Lviv)*

Розглянуто травму втрати і її наслідки, впливи на дітей під час війни. Зокрема, зазначено про травму як про будь-який досвід або повторний досвід, коли дитина відчуває страх, безсилля та пригнічення, настільки, що це кидає виклик можливостям зуміти, оволодіти, справитися. Про відбиток на нервову систему дитини, емоції, тіло, поведінка, навчання та стосунки свідченням є поява екзистенційних питань та переживання внутрішньої порожнечі. Досліджено особливості переживання втрати одного з батьків на війні, втрата дому (діти, які були змушені покинути дім через обстріли й окупацію) та втрати звичного, мирного способу життя. Простежено низку травмівних переживань, спільні та відмінні риси яких впливають на колективний досвід переживання війни. Деякі з них довготривалі – втрати почуття прихильності та безпеки, де дитина була налякана, безсила та приголомшена протягом тривалого періоду часу. Наведено ознаки екзистенційної кризи в дітей та приклади риторичних питань, що стосуються сенсу життя, причин та нерозуміння страждань, які бачать, відчувають діти і почуваються безсилями щось бува змінити. Для вироблення психологічної пружності і складання програми арт-терапевтичних занять у попередженні та роботі із екзистенційною кризою було використано Інтегративну модель BASIC Ph, розроблену психологом Мулі Лахадом і його школою. Простежено відмінності та подібність у симптоматиці ПТСР та наслідків моральної шкоди, у тому числі і екзистенційної кризи. Запропоновано ряд арттерапевтичних технік – таких як експресивна акварель, малюнок безпечного місця, робота із МАК «Емоції» над вирішенням ряду проблем, що стосуються дезадаптації та втрати сенсу.



Серед акцентів дослідження – моральна шкода від війни, втрати і процеси дезадаптації у дітей, поведінкові, емоційні та когнітивні прояви кризи сенсів. Короткий аналіз використаних методів та методик, що були застосовані для групи дітей, які перебували на реабілітації в складі 29 осіб, де поєднувалася фізіологічна активність та ряд психологічних заходів (індивідуальна та групова робота методами арттерапії).

Серед виявлених ознак екзистенційної кризи – знецінення себе і своїх досягнень (здається, що нічого не має сенсу); вразливість (тригери на жарти, критику та зауваження, замкнутість); емоційні гойдалки (сум і радість змінні); компенсація емоцій їжею, шопінгом, абстрагування від проблем і труднощів; зміна активностей, втрата інтересу до всього, що було пов'язано з довоєнним часом; ностальгія та повернення в минулий час (магічне мислення «якби можна було потрапити в минуле...»); апатія, енергія та бажання щось змінювати якщо є, то не надовго вистачає; фізичні вправи обтяжують.

Одним із найважливіших завдань у роботі з такою категорією дітей було встановлення довіри, налагодження комунікації через створення безпечного простору – групи з дотриманням встановлених правил та норм, де ділення непростим досвідом ставало би можливим і не мало оцінки з боку однолітків. Такий простір було сформовано і завдяки психоедукації, яка проводилася напередодні групових занять та була спрямована на роз'яснення завдань, і мотивації до взаємодії через засоби мистецтва.

Ключові слова: стрес, втрата, екзистенційна тривога, екзистенційна криза, емоційна саморегуляція, психологічна самодопомога, ресурси, копінг-стратегії, резильєнтність.

The article addresses the issue of the trauma of loss and its consequences and impact on children during war. In particular, it considers a trauma as any experience or re-experience when a child feels fear, powerlessness and oppression to the extent that it challenges his or her capacities to be able (abilities), to master and cope. It looks into the imprints on the child's nervous system, emotions, body, behavior, learning and relationships as evidenced by the manifestation of existential questions and the experience of inner emptiness. The article presents the research into the peculiarities of the experience of the loss of one of the parents in the war, of the loss of one's home (as to the children who had been forced to leave their homes due to shellings and the Russian occupation) and the loss of the usual, peaceful way of life. A number of traumatic experiences have been traced, the common and distinctive features of which influence the collective experience of living during the war. Some of these experiences are of long-term, i.a. the loss of the feeling of affection and security, when the child had been frightened, felt powerless and overwhelmed for a long period of time. The article elaborates on the signs of the children's existential



crisis and examples of rhetorical questions related to the meaning of life, causes and misunderstandings of the suffering that children witness and feel, experiencing their powerless to change. The BASIC Ph integrative model, elaborated by psychologist Mooli Lahad and his school, was used to develop psychological resilience and a program of art therapy classes to prevent and deal with existential crisis. The article also presents the differences and similarities in PTSD symptoms and the consequences of moral trauma, including existential crisis. It suggests a number of art therapy techniques, such as expressive watercolors, a drawing of a safe place, working with the OH Cards to solve a number of issues related to maladaptation and the loss of meaning.

One of the key aspects of the research presented in the article are moral damage caused by the war, the loss and children's maladaptation processes, behavioral, emotional and cognitive manifestations of the crisis of meaning. A brief analysis is presented about the methods and techniques applied to a group of 29 children in rehabilitation, where physiological activity combined with a number of psychological measures (individual and group work using art therapy methods).

The research identifies signs of the existential crisis, such as devaluation of oneself and one's achievements (it seems that nothing makes sense); vulnerability (triggering jokes, criticism and remarks, isolation); emotional swings (sadness and joy variable); compensation of emotions with food, shopping, escapism from problems and difficulties; the change in activities, the loss of interest in everything that was associated with the pre-war period; nostalgia and returning to the past (wishful thinking "if I could go back in time..."); apathy, energy and desire to change something, if that is the case it is short-lived; physical exercises feel as burden.

One of the most important tasks in working with this category of children during this study was establishing trust and communication through the creation of a safe space: a group which would comply with established rules and norms, where sharing difficult experiences would become possible and would not be judgmental on the side of the peers. Such the space was also formed due to psychoeducation conducted on the eve of group classes, aimed at clarifying tasks and motivation for interaction through the means of art.

Key words: stress, loss, existential anxiety, existential crisis, emotional self-regulation, psychological self-help, resources, coping strategies, resilience.

Проблема. Найперше, що було втрачено з початком війни – звичний, мирний спосіб життя – з'явилася щоденна небезпека і загроза життю, постійна тривога і неможливість зосередитися, страх за життя батьків, які є військовими, неможливість ходити в школу, зустрічатися із друзями та інше. Усі ці чинники вплинули на психічний стан дітей і викликали в них дистрес, напругу, втрату апетиту, порушення сну.



І хоча це є нормальною реакцією на ненормальні ситуації, питання про те, як вони впливають на дітей залишається відкритим. Тим паче тих дітей, де через війну загинули рідні. Часто діти не те, що не мали досвіду таких втрат, вони не готові витримувати власні емоції, а тому уникають про це говорити. Переживання втрати дітьми часто нагадує фантомні болі, які виникають при згадці про того, чи те, що було втрачено. Це поглиблює проблему і призводить до кризи смислу життя, завдає моральної шкоди. Актуальними є питання вчасного виявлення, діагностики і роботи над новими викликами та запитами.

Мета статті – з'ясувати вплив та наслідки травмивних подій на дітей, означити екзистенційні кризи та їхні ознаки, розкрити потенціал застосування арттерапевтичних технік під час опрацювання травмивного досвіду, обґрунтувати терапевтичну роль метафори в роботі з екзистенційними кризами.

Вклад основного матеріалу.

Інтегруючи різні підходи у вивчення криз, зокрема екзистенційної кризи варто у перші ряди вивести роботи С. Л. Братченко, Дж. Бюдженал, Р. Кочюнас, Р. Мей, І. Ялом. Що стосується попередження та корекції екзистенційної кризи особистості часто пропонуються арттерапевтичні техніки, зокрема малюнки та наратив, у межах яких виникає можливість безпечної інтеграції досвіду (Т. Ю. Колошина, Дж. Келлог, М. Мілнер, К. Г. Юнг). До поняття «кризи» зверталися Ф. Є. Василюк, П. П. Горностай, Т. С. Кириленко, В. В. Козлов, І. П. Маноха, Т. М. Титаренко, Е. Еріксон, В. Франкл, К. Ясперс, І. Ялом. За теоретичну основу щодо подолання кризи і вироблення стратегій подолання слугували дослідження Мулі Лахада і його школи (Інтегративна модель BASIC Ph) щодо резильєнтності, принципи екзистенційної психотерапії Ленгле Альфріда (M.D., Ph.D, професор, Віце-президент GLE-International, Віце-президент міжнародної асоціації психотерапії IFP) та Ніккі Джеймісон, Міфанві Мейпл, Дороті Ратнараяг та Кім Ашер («Військова моральна шкода: аналіз концепції» (2020)).

Діти ставлять екзистенційні питання, тобто питання про смерть, сенс існування, свободу, Бога, походження всього, а також споріднені питання. Вони можуть бути не в змозі стримати емоційну інтенсивність, яку відчувають, коли виникають питання про смерть і сенс існування. Це один із основних викликів, з якими можуть зіткнутися рідні та опікуни. Також поряд зі складними екзистенційними питаннями можуть виникати такі почуття, як провинна за те, що я вижив, а хтось ні.



Чи варто уникати екзистенційних запитань, оскільки це є причиною страждань? Цю точку зору ми відкидаємо на тій підставі, що екзистенційних запитань не уникнути, а уникнення проблеми може завдати більше шкоди, ніж користі. Поряд з тим їхнє опрацювання потребує створення безпечного простору, ресурсів та заохочення. Такі умови забезпечує арттерапія і зокрема проходження етапів долання труднощів, яку запропонував американський мітолог Джозеф Кемпбелл. Дослідивши два типи вчинків, у яких будь-який герой чи героїня можуть виконувати архетипний квест. Перший виконує матеріальну мету, виконання якогось відчутного і в кінцевому підсумку сміливого вчинку, як би це було важко чи здавалося неможливим. Другий акт – інший, тому що він духовний за своєю природою. Це передбачає подорож, в якому герой відкриває приховані містичні знання про людину і її існування, часто повертаючись зі священним посланням або якимось життєдайним еліксиром.

Подорож кожного героя — це повна трансформація. Історія ініціації і боротьби, в результаті – не тільки зміна героя, але й отримання нового досвіду і сенсу.

Працюючи з дітьми через казку чи імпровізований наратив, опрацьовується широкий спектр екзистенційних питань. Чи це казкові персонажі, чи реальні (у випадку малюнків про мрію) діти розповідають про те, як було і стало. Вони переосмислюють ті ресурси, які наявні і ті, які з'явилися всупереч, чи завдяки боротьбі. Яскравою метафорою невідомості і пошуку слугував ліс, який треба було перейти, щоб подолати страх і невідомість (зберегти смарагдові сади – це відновити віру у свою силу попри невпевненість та страх, відновити сенс або на місці втраченого – створити новий).

Через війну в Україні діти переживають травмівний досвід. Часто вони проживали моменти, коли були позбавлені найнеобхіднішого – їжі чи сну. Під час спілкування з дітьми, які пережили такі ситуації важливим є встановлення контакту, розбудови довіри та «відновлення» безпеки. Йдеться про базовий копінг.

Особливої уваги і розгляду потребує питання переживання втрати дітьми військовослужбовців, починаючи ще з 2014 року. Це діти військовослужбовців, які загинули на війні, зникли безвісти, або перебувають у полоні.

Актуальність теми про особливості переживання втрати і їх наслідки поширюється на дітей загалом в Україні і ВПО. Адже, втрата переживається не тільки, коли є загибель близьких



та рідних, а й тоді, коли нема дому, міста, школи, звичного способу життя. Яким чином це відбувається, який вплив роблять травмівні події сьогодні – це лише одна частина завдання. Інша – це пошук арттерапевтичних методів та методик для роботи з дітьми, які знаходяться під впливом травмівних подій. У даній статті є спроба висвітлити питання екзистенційної кризи в дітей внаслідок травмівних подій і подати аналіз арттерапевтичної роботи із групою дітей (це 28 дітей віком від 8 до 15 років).

Слід зазначити, що той досвід, який проживають українські діти часто є невимовним і таким, що кардинально змінює їхнє життя та парадигму цінностей. Війна є щоденною загрозливою прірвою, яка відділяє звичний спосіб життя від життя в дистресі. Тому засадничим завданням було створення безпечного простору для групи дітей, де б вони могли довіритися і поділитися пережитим досвідом. А також важливими були психоедукаційні частини з темами про емоції, емоційний інтелект, стрес та способи реакції на нього. Наступне завдання полягало у роботі з емоціями через малюнок, опрацюванні важких, невимовних тем, візуалізація безпечного місця (через малюнок теж) і створення уявного містка між теперішнім станом і мрією (застосовуючи МАК).

У процесі роботи виникали труднощі, пов'язані з наслідками моральної шкоди, що є ознаками екзистенційної кризи. Це глибинні процеси у когніціях, які впливають і на емоційний стан, і поведінку дітей. Вони мають ряд маркерів, що відрізняють їх від симптомів ПТСР (див. малюнок 1).

Ніккі Джеймісон [4] зазначає, що поки історично, військові травми та дослідження їх наслідків зосереджено на посттравмівному стресовому розладі (ПТСР). Проте, моральна шкода – це не те саме, що ПТСР, хоч є спільними, аналогічними ознаками моральної шкоди (такі як гнів, труднощі засинання і емоційне заціпеніння). Ключовими відмінностями є такі: моральний вплив, що проявляється через почуття та емоції, характерні лише для моральної шкоди (звинувачення, екзистенційна криза, горе, смуток, зрада та розчарування, довіра). Саме так розмежовуються два впливи (див. мал.1).

Подальше розширення глобальних досліджень моральної шкоди збільшує докази появи екзистенційної кризи, які слід розглядати по-іншому аніж симптоматику ПТСР.

Про екзистенційні питання пише Ленгле Альфрід: «Є група питань – це типово екзистенційні засадничі питання: що мені дійсно потрібно, щоб вижити та жити? Що, насправді, є цінним



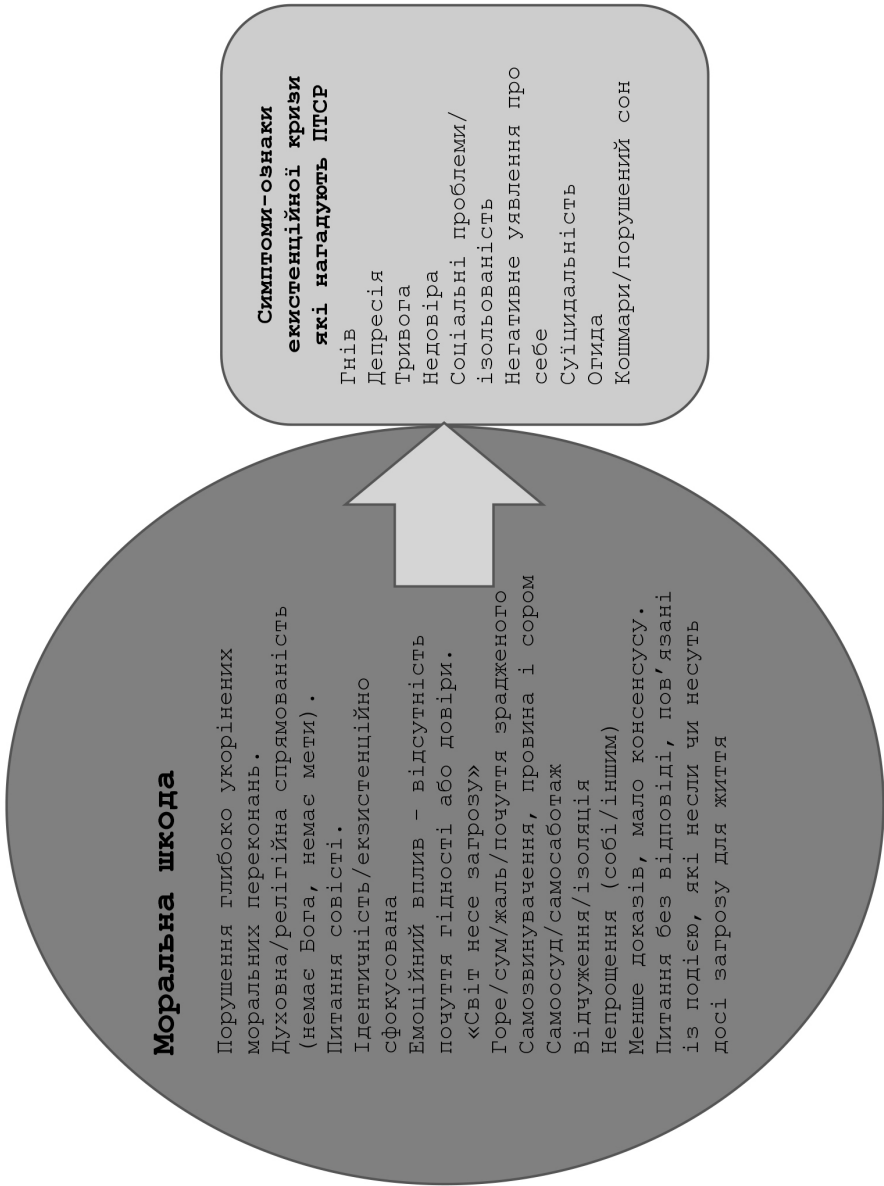


Рис. 1. Диференціація моральної шкоди від ПТСР (N. JAMIESON).



для мене в ситуаціях, коли звичний спосіб життя більше не можливий? Що є цінним, особисто, для мене? Що заслуговує на те, щоб залишитись в моєму житті? Хто я насправді? Як я можу більше бути із собою? Як і для чого живу? Екзистенційні питання, наразі, стають набагато ближчими» [2].

Екзистенційні питання, які були проговорені під час групових та індивідуальних арттерапевтичних ситуаціях з дітьми:

- «У чому моє призначення?»
- «Чи я живу, так як мріяв?»
- «Що буде далі?»
- «Чому тільки у казках можна блукати в часі&»
- «Чи існує добро?»
- «Чи існує так, як у казках, що добро перемагає?»
- «Чому сталося це з моєю сім'єю?» Де Бог?

Ставлячи ці питання, діти не знаходять відповіді і відчувають порожнечу всередині. Не розуміють, як життя рухається і куди. Чого хочеться від життя, коли не можна повернути тата. Такими глибинними питаннями діти не задавалися до травмивної події.

Мрії, які були раніше досяжними і можливими пов'язані з тим часом, коли сім'я була ще повною і мандрівки, відпочинок були реальними.

На питання: «Щоб ти хотів зараз?» відповіді звучали:

- «це неможливо»,
- «хочеться повернутися туди, де всі були щасливі»,
- «це не важливо»,
- «я не знаю ще»,
- «у мене все є, крім головного...»

Зазначимо, що риторичні питання – це:

- питання «чому» завжди задаються в ситуаціях кризи, не важливо говорить про них вголос чи ні, якщо діти не задають питання «Чому», це не означає, що вони їх не мучать;
- в моменти кризи цінності людей (і дітей) перевертаються з ніг на голову, навіть у дуже віруючих ...
- Дитина може погано себе почувати і з приводу пережитого горя, і з приводу того, що страждання – це погано.
- Недирективність (не диктувати дитині, як їй потрібно почувати себе, і постаратися навіть не робити жодних натяків).
- Навпаки, допомогти їй, висловити свої почуття.
- Часто, коли дитина говорить про свої почуття, саме тоді вона і починає ставити питання «чому».



Ознаки кризи в дітей:

1. Знецінення себе і своїх досягнень. Здається, що нічого не має сенсу.
2. Вразливість. Тригери на жарти, критику та зауваження. Замкнутість.
3. Емоційні гойдалки. Сум і радість змінні.
4. Компенсація емоцій їжею, шопінгом. Абстрагування від проблем і труднощів.
5. Зміна активностей. Вони є залишкові, або не цікаві. Втрата інтересу до всього, що було пов'язано з довоєнним часом
6. Ностальгія та повернення в минулий час. Магічне мислення «якби можна було потрапити в минуле...»
7. Апатія. Енергія та бажання щось змінювати якщо є, то ненадовго вистачає.
8. Фізичні вправи обтяжують.

Вплив на сфери життя:

- Пошуки способів усамітнення, втечі.
- Здається, що не розуміють і не підтримують. Згадки про минуле, яке порівнюється.
- Сумніви та невпевненість.
- Вплив на сферу стосунків. Не такі, як всі. Не хочеться говорити про себе.
- Почуття тривожності та безсилля, відсутність мотивації.
- Перестає мріяти, а значить ні до чого прагнути. Або мрія нездійснена.

Для вироблення психологічної пружності і складання програми арттерапевтичних занять використовували Інтегративну модель BASIC Ph, розроблену ізраїльським психологом Мулі Лахадом і його школою (див. табл.1)

Таблиця 1

CARING – Children at Risk Intervention Group (Група втручання «Діти в ризику»)

Канал подолання	Метод	Коли	Хто
Канали подолання BASIC Ph	Підсилення природних ресурсів подолання	ПД: Первинна допомога; КВ: Кризове втручання; ПТ: Пост-Травма	Вікові групи: I = 5-10; II = 11- 15; III = 16-21



СИСТЕМИ ПОГЛЯДІВ (BELIEF SYSTEMS)	1. Смісл і надія 2. Ритуал оплакування та прощання	КВ; ПТ ПТ	II, III Всі
АФЕКТ (AFFECT)	1. Випробування емоційного інтелекту 2. Експресивне/вільне писання: валідація почуттів	КВ; ПТ ПТ	Всі II, III
СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА (SOCIAL SUPPORT)	1. Група як «безпечний простір» 2. Набуття навичок міжособистісних стосунків	ПД ПД; КВ	I, II II, III
УЯВА (IMAGINATION)	1. Керовані зображення: «безпечне місце» 2. Фантастична реальність 3. Запрошені мрії. 4. Пісочна терапія	ПД; КВ; ПТ ПД; КВ; ПТ КВ; ПТ КВ; ПТ	Всі II, III Всі Всі
ПІЗНАННЯ (COGNITION)	1. Когнітивний рефреймінг 2. Стресо-щеплення 3. Тривалий контакт: когнітивно-поведінкова терапія 4. Переповідання історії травми (зادля позитивного ефекту)	ПТ ПД ПТ КВ; ПТ	II, III II, III III II, ПТ
ФІЗИЧНЕ ПОДОЛАННЯ (PHYSICAL COPING)	1. Тренінг релаксації 2. Соматичні переживання: розморожування стресу тіла / душі 3. Десенсибілізація і опрацювання травм рухом очей (EMDR)	ПД; КВ; ПТ КВ; ПТ ПТ	Всі II, III III

* Перекладацька нотатка: Інтегративна модель BASIC Ph розробляється психологом Мулі Лахадом і його школою. Вихідна мова термінології моделі – англійська, переклад її українською термінологією ще не є ustalеним. Термін «BASIC Ph» (вимовляється «Бейсік пі-ейч») – акронім



за початковими літерами складових моделі: В (Belief), А (Affect) і так далі. Відповідні терміни складових теж не мають наразі усталених перекладів; щоби́льше, інколи зміст складових змінюється у різних інтерпретаціях. Наприклад, BELIEF не слід сприймати винятково як «віру» чи «переконання» – це радше «погляди», його зміст близький до українського терміна «світогляд» у розумінні поглядів на світ.

Отже опис цієї системи через розкодування акроніма:

В – віра

Віра може бути потужним фактором стійкості. Це може бути через віру чи будь-які інші спільні переконання та спирається на внутрішні основні цінності. Спільні переконання особливо корисні, оскільки вони також забезпечують зовнішню підтримку.

А – афект

Почуття або емоції. Висловлюючи емоції, ми можемо ділитися страхами, гнівом, смутком тощо, і ці емоції підтверджуються зовні, щоб ми почувалися менш самотніми.

S – соціальний

Шукаючи підтримки через друзів чи організації, ми можемо отримати відчуття відповідальності в групі, що може допомогти нам залишатися на землі. Зменшення ізоляції разом із підвищенням соціальної відповідальності може відновити емоційну безпеку.

I – уява

Творчість — це метод подолання травми, яким діти особливо вправно користуються. Вираження думок і почуттів у творчій манері може забезпечити більш безпечно вивільнення почуттів через мистецтво, письмо, драму чи музику.

C – когнітивний

Когнітивні навички подолання використовують вирішення проблем і прямий підхід до проблеми. Вироблення стратегії з іншими може змусити людей почуватися менш самотніми та більше контролювати свою ситуацію.

Ph – фізичний

Фізична активність повертає нас до дії і має подвійну перевагу: забезпечує неформальну обробку ситуації разом із непрямим вивільненням почуттів.

У груповій роботі були використані:

1. МАК («450» Емоції).

Вправа з тіньовою стороною дитини (страхом мріяти, тривою) і розбудовою стратегії подолання фонові тривоги через



формування уявлення про те, що буде (конкретну мрію) і покрово-вих цілей для цього.

Хід виконання вправи:

1. Вибрати дві копінг картки з колоди розкладеної лицьовою стороною.

2. Вибрати одну карту, яка презентує внутрішню тінь: невирішені, troubling (тривожні), чи хворобливі питання, що відтіняють в теперішньому житті.

3. Вибрати карту, яка найкраще описує Ваш бажаний стан (бажане за дійсне?) мрії та бажання щоб виконати, проблему, яку хочеться вирішити, надію, як щось особливе у житті.

4. Покласти тіньову карту на лівий бік, а карту мрій – на праву (лицьовою стороною).

Відібрати ще три карти з колоди.

Покласти їх обличчям вгору, в просторі між твоїми першими двома картами. Вони зараз утворюють міст між тіньовою і картою мрії.

Розкажи історію про те, як ти перетинаєш цей міст з тіньової карти до карти мрії.

2. Техніка акварелі.

Арттерапевтичне заняття на тему «Акварельна експресія»

Серед емоцій були названі:

- сум,
- порожнеча,
- «трохи радості» не дивлячись, що мені загалом сумно,
- цікавість,
- збентеженість,
- «і сум, і радість»,
- «розчарування»,
- «провина».

3. Керована візуалізація «Безпечне місце»

Траплялися малюнки на тему гір, моря, лісу (власне, метафора* смарагдового саду-лісу виникла з огляду на використання кольорів у малюнках і теми безпечного місця та мрії).

Робота у цьому напрямку була цікавою і продовжувалася в розповідях про близьких людей, які створювали, чи робили можливим життя в безпеці і затишку. Один із малюнків поєднував подвійну втрату такого місця – це спогад про відпочинок із татом (він загинув) на морі поблизу Херсону (місто ще в окупації)

4. Питання для рефлексії і ресурсу:

- Що ти сьогодні дізнався (-ся) про себе нового?



- Коли ти твориш, який ти ? Яка ти?
- Чим ти пишаєшся сьогодні?
- Як ти пишаєшся героями України і своїм татом?

Висновки:

Провівши теоретичний і емпіричний аналіз дослідження ознак екзистенційної кризи серед дітей в період переживання втрат та війни, можна констатувати, що:

- моральні переконання, цінності та почуття формують мораль і постійно змінюються впродовж усього життя, закладаючи основи особистого розвитку, стосунків, довіри та безпеки;
- війна докорінно руйнує існуючу моральну схему дитини і замінює її на іншу систему цінностей, переконань, поведінки та відносин, які всі функціонують для підтримки цілі – вижити;
- моральна шкода залишає екзистенційний, психологічний, соціальний, емоційний та духовний відбиток, спричинений через порушення основних моральних рамок і проявляється через почуття сорому, провини, самоосуду та само саботажної поведінки.

Також проведено симптоматичні паралелі щодо наслідків травми війни (моральна шкода – це не те саме, що ПТСР, хоч мають спільні ознаки – такі як гнів, труднощі засинання і емоційне заціпеніння. Відмінностями екзистенційної кризи від ПТСР є: моральний вплив, що проявляється через почуття та емоції, характерні лише для моральної шкоди (звинувачення, екзистенційна криза, горе, смуток, зрада та розчарування, довіра).

Для побудови програми психологічного втручання у зв'язку із виникненням екзистенційних криз використано Інтегративну модель BASIC Ph, розроблену ізраїльським психологом проф. Мулі Лахадом і його школою. У розробленій програмі групової роботи з дітьми були використані: метафоричні асоціативні картки «450 емоцій», арттерапевтичне заняття «Акварельна експресія», керована візуалізація «Безпечне місце». За результатами роботи була проведена рефлексія.

Література:

1. Енциклопедичний словник з арт-терапії / за ред. О.Л. Вознесенської, О.М. Скар. Київ : Золоті ворота, 2017. 235 с.
2. Ленгле Альфрід. Екзистенційні питання сьогодення та персональна відповідь особистості. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми* : збірник тез наукових доповідей III Всеукраїнської конференції з міжнародною участю, присвяченої 75-річчю Інституту психології



імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, 31 березня 2020 року / ред. С. Д. Максименко. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2020. С. 117-127. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/720724>

3. The «Basic PH» Model of Coping and Resiliency. URL: Edited by Mooly Lahad <https://brightontherapypartnership.org.uk/resilience-trauma-basic-ph/> (дата звернення: 21.09.22).

4. Jamieson, N., Maple M., Ratnarajah D., Usher K. *Military moral injury: A concept analysis*. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33078522/> (дата звернення: 29.09.22).

