



УДК 7.05:7.036:159.947:316.47(477)

АРТБУК ЯК ЗАСІБ ТЕРАПІЇ ПІД ЧАС РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ 2014-2025 РР.

БІЛЯКОВИЧ Ліана, МАЦЮК Ольга

Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв, Київ, Україна
podium-lex@ukr.net, macukolga85@gmail.com

У дослідженні розглянуто артбук як окремий вид друкованого видання та його роль, як інструменту в терапії для людей, які пережили війну, зокрема під час російсько-української неспровокованої війни 2014–2025 років. Досліджено їхню функцію, як засобу емоційного відновлення, самовираження та рефлексії, а також їх вплив на психологічний стан людини. Висвітлено значення української культури в процесі арт-терапії.

Ключові слова: графічний дизайн, артбук, арт-терапія, війна, емоційне відновлення, українська культура.

ВСТУП

Артбуки є особливим видом поліграфічної продукції в галузі графічного дизайну, що являє собою унікальне поєднання мистецтва, самовираження та навіть емоційної терапії, яка набуває особливого значення під час війни. Російсько-українська війна 2014 – 2025 років завдала чималих глибоких психологічних травм людям, які на сьогодні потребують ефективних методів реабілітації. Одним із інструментів, що можуть допомогти полегшити симптоми емоційної травми, є артбук, який може слугувати засобом рефлексії, емоційного зцілення та зміцнення національної ідентичності. У цьому дослідженні розглядається значення артбуків у процесі арт-терапії, їх вплив на психологічний стан постраждалих, а також специфіка використання символів української культури в таких виданнях.

ПОСТАНОВКА ЗАВДАННЯ

Метою роботи є дослідження значення артбуку як засобу арт-терапії в умовах воєнного часу, його впливу на емоційне відновлення людини, а також поєднання його із українською культурною символікою.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Артбуки займають особливе місце в графічному дизайні. Більшість із них не лише виконують традиційну функцію друкованої продукції - забезпечення ефективного поширення інформації, рекламних матеріалів або освітніх ресурсів у матеріальній формі, а й стають популярними інструментами для самовираження. Завдяки можливостям новітніх програм для графічного дизайну та майстерності сучасних митців артбуки перетворюються не просто на книги, а на справжні витвори мистецтва, які здатні впливати на емоції читачів. Цінність артбуків полягає в їхній здатності передавати глибокі, часто філософські чи психологічні ідеї, використовувати їх для вираження складних



тем, таких як культурні, історичні чи соціальні питання. Унікальність художніх альбомів полягає в їх здатності поєднувати різні елементи дизайну – від типографіки до ілюстрацій, фотографій, різних текстур та навіть тривимірних деталей. Книга даного виду має довільну структуру та зміст. На відміну від традиційних книг, вона не завжди містить чіткий сюжет або повний зміст. Це простір для експерименту та самовираження, де автор може поєднувати різні стилі та техніки малювання. У той же час, жанр артбуків все ще залишається малодослідженим та часто недооціненим вітчизняними мистецтвознавцями. Розглядаючи безліч артбуків, можна виокремити багато їхніх видів, проте арттерапевтичний артбук є одним із найбільш глибоких та значущих, адже він слугує не лише засобом творчого самовираження, а й потужним інструментом для емоційного зцілення, рефлексії та гармонізації внутрішнього стану людини.

Сьогодні, в надскладних для України умовах воєнного протистояння, загострюється потреба у розробці і використанні практик, які б допомагали усім постраждалим проходити реабілітацію, релаксацію та знижувати емоційну напругу. На допомогу приходить творчість, зокрема художня, яку поєднанні з наукою формує доволі ефективну практику – арт-терапію. У багатьох давніх цивілізаціях, таких як Єгипет, Греція, Китай, Індія та інші, мистецтво використовувалося для лікування, релаксації та самовираження. Сьогодні арт-терапія стала визнаною практикою, що використовується у багатьох клінічних, реабілітаційних, психологічних, освітніх і навіть розважальних установах. Арт-терапевти використовують мистецтво як засіб спілкування і пізнання самого себе, сприяючи покращенню як фізичного, так і психічного здоров'я людини. Різні методики та види арт-терапії є цінними інструментами в умовах війни і конфліктів, допомагаючи людям пережити травматичні досвіди, розвинути свої власні сили і знайти вихід із складних життєвих ситуацій шляхом вираження своїх емоцій за допомогою художніх альбомів. Використання артбуків у терапії може бути ефективною підтримкою для військових ветеранів, біженців, жертв насильства чи будь-якої іншої особи, що відчуває наслідки військових чи інших травматичних подій.

В. Назаревич наголошує, що організація особистості в тематичній роботі має такі умови, як занурення клієнта у власні переживання, безпечна атмосфера для творення, велика кількість різноманітних матеріалів для творчості, достатня кількість часу для самовираження та час для обговорення отриманого продукту у артбукі. Варто зазначити, що іноді артбук може не мати тематичного спрямування, а виконувати роль щоденника пам'яті, сховища насичених та позитивних життєвих подій та пригод. Для окремих людей артбук може слугувати хобі та способом реалізації власних творчих ідей.

Попри те, що російсько-українська війна триває з 2014 року, саме повномасштабне вторгнення 2022 року стало поштовхом для ще більшого інтересу українців до національного продукту. Посилена увага до своєї культури та історії стала важливою частиною відповіді на зовнішню агресію росії до України, сприяючи зміцненню патріотичних настроїв. У цей складний період для української держави, арт-терапевтичний артбук, присвячений історії України, її культурі та національним традиціям, відіграє ключову роль у зміцненні національної ідентичності та допомагає зберегти історичну пам'ять



про досвід минулих і нинішніх поколінь. Подібні видання наразі переживають пік своєї популярності, адже гармонійно поєднують мистецтво, освітній компонент та терапевтичні методики, дозволяючи українцям глибше осмислити події минулого та сьогодення, а також знаходити внутрішні ресурси для подальшої адаптації та відновлення після пережитих випробувань. Однією з основних функцій таких артбуків є фіксація значущих історичних подій у доступній та привабливій формі, аби інформацію можна було легко розповісти читачам. Поєднуючи текст, ілюстрації та інтерактивні елементи, артбук сприяє глибшому емоційному переживанню, допомагаючи читачам не лише дізнатися про події, а й відчутти їх атмосферу.

У багатьох сучасних артбуках, які спрямовані саме на українську аудиторію, описують реальні події та історії сьогодення допомагаючи людям усвідомити, що вони не самотні у своїх внутрішніх переживаннях. Багатьох українців об'єднує спільний біль і втрати, і артбуки, які висвітлюють подібні теми дають можливість побачити, що їхній досвід є частиною великої національної історії, допомагаючи усвідомити свою приналежність до української спільноти, яка разом проходить через випробування. Вони слугують не лише засобом вираження емоцій, але й інструментом для роздумів, підтримки та відновлення, сприяючи формуванню колективної пам'яті та національної єдності.

Особливою популярністю користуються артбуки, які дозволяють читачам записувати та передавати свої емоції за допомогою різноманітних психологічних вправ і технік. У таких книгах вправи гармонійно переплітаються з елементами національної культури, її символами, фрагментами із картин відомих українських художників або просто ілюстраціями, виконаними в національних жовто-блакитних кольорах. Подібні видання створені з урахуванням потреб людей у самовираженні та емоційному зціленні, допомагають впоратися зі стресом, хвилюванням та іншими психологічними труднощами. Це особливо важливо в часи, коли культура стає елементом опору. Український колорит – це своєрідний місток між минулим і майбутнім, що дозволяє кожному долучитися до творення української історії своїми кольорами.

Беручи до уваги український розпис можна зауважити, що він є унікальним проявом народного мистецтва, який поєднує в собі естетику, традиції та символіку. Він виконує не лише декоративну, а й глибоку культурно-духовну функцію. Чимало українських розписів та малюнків мають оберегове значення: вони не лише прикрашали оселю, а й слугували своєрідними оберегами, що приносили добробут, мир і злагоду. Яскраві кольори та плавні форми картин позитивно впливали на емоційний стан людини, викликаючи відчуття радості, спокою та натхнення. Це і на зараз робить їх важливим елементом арт-терапії та засобом емоційного самовираження. Сучасні художники та дизайнери все більше звертаються до традиційного живопису, адаптуючи його до сучасних форматів – у книжковій ілюстрації, графічному дизайні, текстильному мистецтві тощо. Це сприяє відродженню та поширенню української культури у світі. Українська символіка є не лише частиною народного мистецтва, а й важливим інструментом



збереження культурної спадщини, підтримки емоційного благополуччя та популяризації української естетики в сучасному мистецтві.

Дослідження показали, що робота з українськими військовими, які після травматичних подій війни відчують внутрішню дезорієнтацію, почуття втрати, самотності та втрати сенсу життя, із залученням в особисту терапію артбуків, що містять елементи національної символіки, сприяє кращому процесу емоційного відновлення. Така робота допомагає військовослужбовцям відновити почуття причетності до українського суспільства, що вкрай важливо для їх благополуччя та успішної адаптації до мирного життя в Україні.

ВИСНОВКИ

Загалом, артбуки з елементами та вправами із арт-терапії відіграють важливу роль у процесі емоційного та психологічного відновлення людини, особливо для тих, хто пережив травматичний досвід воєнних подій. У сучасних реаліях життя в Україні артбуки з елементами національної культури є дуже важливими, оскільки сприяють збереженню та зміцненню національної ідентичності, допомагають українцям, особливо у важкий період війни, відновлюють емоційну рівновагу, підтримують процеси психологічної реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Авер'янова Н. М. Арт-терапія як засіб реабілітації учасників бойових дій в умовах російсько-українського збройного конфлікту. *Українознавчий альманах*. 2020. Вип. 26. С. 8–12.
2. Назаревич В. Артбук як спосіб досягнення цілісності методами творчого самовираження. *Простір арттерапії: місце особистості в часи суспільних трансформацій* : матеріали XIX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції / [за наук. ред. О.Л. Вознесенської, О.М.Скнар]. Київ, 2022. С. 203-214.
3. Авер'янова Н. М. Місце мистецтва в контексті деконфліктизації сучасного українського суспільства. *Українознавчий альманах*. 2019. Вип. 24. С. 103–108.

BILYAKOVYCH L., MATSIUK O.

ARTBOOK AS A MEANS OF THERAPY DURING THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR OF 2014-2025

The study examines art book as a separate type of printed publication and their role as a therapeutic tool for people who have survived war, in particular during the Russian-Ukrainian unprovoked war of 2014–2025. Their function as a means of emotional recovery, self-expression and reflection, as well as their impact on the psychological state of a person are investigated. The importance of Ukrainian culture in the process of art therapy is highlighted.

Key words: graphic design, art book, art therapy, war, emotional recovery, Ukrainian culture.