

УДК 792:159.97

DOI <https://doi.org/10.24919/2308-4863/94-1-11>**Валерія БЗЕНКО,***orcid.org/0000-0002-3439-7590*

доктор філософії,

старший викладач кафедри режисури естради і шоу
Київського національного університету культури і мистецтв
(Київ, Україна) *boyko31197@gmail.com***Сергій КРИКУНЕНКО,***orcid.org/0000-0001-5584-1147*

доктор філософії,

старший викладач кафедри режисури естради і шоу
Київського національного університету культури і мистецтв
(Київ, Україна) *undersunsergei@gmail.com***Сергій ЛАЗАНОВСЬКИЙ,***orcid.org/0009-0008-8505-2446*викладач кафедри естрадно-вокального мистецтва
Фахового коледжу ЗВО «Університет Короля Данила»
(Івано-Франківськ, Україна) *serhii.s.lazanovskiy@ukd.edu.ua*

ТЕАТРАЛЬНЕ МИСТЕЦТВО ЯК ЗАСІБ СОЦІАЛЬНОЇ ТЕРАПІЇ ДЛЯ СПІЛЬНОТ ІЗ ДОСВІДОМ ТРАВМИ

У статті розкрито зміст основних понять театрального мистецтва та соціальної терапії. Дослідження терапевтичного потенціалу театрального мистецтва в роботі зі спільнотами, що мають досвід травми, набуває особливої актуальності в контексті сучасних викликів для України. Воно спрямоване на пошук ефективних моделей відновлення, соціальної інтеграції та зміцнення психологічної стійкості суспільства, що понад десять років перебуває в умовах війни. Мета статті полягає в науковому дослідженні можливостей театрального мистецтва як ресурсу соціальної терапії для спільнот, що зазнали колективної травми, а також обґрунтуванні театральних методів, що виявилися найбільш дієвими в умовах воєнного та післявоєнного періоду (2014–2025 рр.)

Висвітлено теоретичні основи застосування театральних технік у роботі з психологічною травмою. Визначено специфіку колективної травми в українському суспільстві у 2014–2025 роках. Систематизовано театральні методи, які застосовуються в соціальній терапії (драмотерапія, психодрама, соціодрама, театр пригноблених, плейбек-театр). Обґрунтовано механізми терапевтичного впливу театру на травмовані спільноти, серед яких катарсис, естетичне дистанціювання, реконструкція, трансформація травматичного досвіду засобами театральної дії, а також відновлення міжособистісних зв'язків через колективну творчість. З'ясовано, що феномен колективної травми українського суспільства відрізняється від індивідуальної психологічної травми своїм масштабом, тривалістю та соціальним характером. На практичному рівні фахівцям рекомендовано опановувати базові театральні методи для розширення професійного інструментарію, вивчати можливість скерування клієнтів на групову арттерапію як доповнення до індивідуальної психокорекційної роботи, доцільно проходити спеціалізоване навчання з психології травми й групової динаміки, вивчати етичні аспекти взаємодії з уразливими групами та залучати супервізійну підтримку.

Ключові слова: театральне мистецтво, драмотерапія, соціальна терапія, психодрама, колективна травма, спільноти.

Valeriia BZENKO,

orcid.org/0000-0002-3439-7590

PhD,

*Senior Lecturer at the Department of Stage and Show Directing
Kyiv National University of Culture and Arts
(Kyiv, Ukraine) boyko31197@gmail.com*

Serhii KRYKUNENKO,

orcid.org/0000-0001-5584-1147

PhD (Doctor of Philosophy),

*Senior Lecturer at the Department of Variety and Show Directing
Kyiv National University of Culture and Arts
(Kyiv, Ukraine) undersunsergei@gmail.com*

Serhii LAZANOVSKYI,

orcid.org/0009-0008-8505-2446

*Lecturer at the Department of Performing Arts and Vocal Arts
Professional College of King Danylo University
(Ivano-Frankivsk, Ukraine) serhii.s.lazanovskiy@ukd.edu.ua*

THEATRE ART AS A MEANS OF SOCIAL THERAPY FOR COMMUNITIES WITH TRAUMA EXPERIENCE

The article reveals the meaning of the basic concepts of theatre art and social therapy. Research into the therapeutic potential of theater arts in working with communities that have experienced trauma is particularly relevant in the context of the current challenges facing Ukraine. It aims to find effective models for recovery, social integration, and strengthening the psychological resilience of a society that has been at war for more than ten years. The purpose of the article is to scientifically investigate the possibilities of theater arts as a resource for social therapy for communities that have experienced collective trauma, as well as to substantiate the theatrical methods that have proven to be most effective in the conditions of the war and post-war period (2014–2025).

The theoretical foundations for the use of theatrical techniques in working with psychological trauma are highlighted. The specifics of collective trauma in Ukrainian society in 2014–2025 are identified. Theatrical methods used in social therapy (drama therapy, psychodrama, sociodrama, theater of the oppressed, playback theater) are systematized. The mechanisms of the therapeutic impact of theater on traumatized communities are substantiated, including catharsis, aesthetic distancing, reconstruction, transformation of traumatic experiences through theatrical action, and restoration of interpersonal relationships through collective creativity. It has been established that the phenomenon of collective trauma in Ukrainian society differs from individual psychological trauma in its scale, duration, and social nature. On a practical level, specialists are recommended to master basic theatrical methods to expand their professional toolkit, explore the possibility of referring clients to group art therapy as a supplement to individual psychocorrectional work, It is advisable to undergo specialized training in trauma psychology and group dynamics, study the ethical aspects of interacting with vulnerable groups, and seek supervisory support.

Key words: theater arts, drama therapy, social therapy, psychodrama, collective trauma, communities.

Постановка проблеми. Починаючи з 2014 року українське суспільство перебуває в стані тривалого збройного конфлікту, що зумовив безпрецедентний рівень соціальної травматизації. Окупація Криму, бойові дії на сході України та повномасштабне вторгнення РФ у 2022 році спричинили масштабні руйнування, втрати, а також психологічне й соціальне травмування значної частини населення. Згідно зі звітом організації ДМТ за жовтень 2025 року (Україна – Звіт, 2025), чисельність внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) в Україні сягає 3 694 000, що є одним із наймасштабніших вимушених переміщень у Європі з часів Другої світової війни. Окрему категорію становлять ветерани Антитерористичної

операції, Операції об'єднаних сил (далі – АТО/ООС) (Міністерство у справах ветеранів України, 2025), представники Збройних сил України (далі – ЗСУ) (Юридична газета, 2025), які мають бойовий досвід та високий ризик розвитку посттравматичних проявів (далі – ПТСР). До цього переліку необхідно додати родини загиблих захисників і захисниць, 3,5 млн цивільних постраждалих унаслідок обстрілів і бомбардувань (Моніторингова місія, 2025), 1,8 млн жителів, евакуйованих із тимчасово окупованих територій (Міністерство розвитку громад, 2025), а також 10,5 млн осіб, змушених евакуюватися з районів активних бойових дій (Міністерство з питань реінтеграції, 2025) (рис. 1). У цьому контексті визначальним є концепт колек-

тивної травми, яку автори (Франкова, Чабан, Петренко, Токарчук, 2023: 2) трактують не як сукупність індивідуальних психологічних травм, а як цілісний соціально-психологічний феномен, що деформує структуру соціальних груп та спільнот. На відміну від індивідуальної, колективна травма є пролонгованою і не зникає з усуненням джерела небезпеки, оскільки її наслідки тривалий час транслюються через міжособистісну взаємодію, культурні практики та суспільні настрої.

У сучасному українському суспільстві, як зазначає автор (Горностаї, 2018: 59), прояви колективної травми виявляються втратою відчуття безпеки та стабільності майбутнього, руйнуванням довіри до соціальних інститутів, ослабленням сталих суспільних зв'язків, зростанням колективних переживань печалі, безпорадності, страху й виснаження. З огляду на це опрацювання травматичного досвіду набуває стратегічного значення для відновлення соціальної стійкості та консолідації суспільства.

У межах окресленої проблеми дослідження значної уваги заслуговують мистецькі та соціокультурні практики, зокрема театральне мистецтво, яке може стати ефективним інструментом соціальної терапії для спільнот із досвідом травми (Спейзер, Спейзер, 2025: 103). Потенціал театру як дієвого засобу роботи з травматичним досвідом зумовлений низкою його унікальних характеристик. По-перше, театральна сцена створює безпечний простір проживання травми через механізм естетичної дистанції, що дає змогу суб'єкту реф-

лексувати події крізь призму ролі чи глядацького сприйняття, уникаючи прямої ретравматизації. По-друге, колективна природа театральної діяльності відповідає феномену колективної травми, даючи змогу формувати єдність, взаємопідтримку та спільні інтерпретації травматичного досвіду. По-третє, ще з часів Арістотеля театр виконує катарсичну функцію очищення й трансформації емоцій через співпереживання, що сприяє емоційному розрядженню та відновленню внутрішньої рівноваги. По-четверте, театр інтегрує тілесність, рух і невербальну комунікацію. Зважаючи на те, що травматичний досвід часто закарбовується на соматичному рівні, тілесноорієнтовані практики театру відкривають альтернативний канал опрацювання пережитого, коли вербалізація є ускладненою або надто болісною. По-п'яте, театр дає можливість моделювати альтернативні сценарії, що активізує відчуття внутрішньої сили, суб'єктності та здатності відчувати контроль над власним життям.

Попри очевидний потенціал театрального мистецтва як інструменту соціальної терапії, нині існує низка проблем, що визначають необхідність наукового дослідження. Так, недостатньо вивченими залишаються театральні методи роботи з колективною травмою, особливо в умовах війни, що триває, коли суспільство переживає травму не постфактум, а в режимі реального часу. Наявні дослідження (Головатюк, 2025: 150) переважно ґрунтуються на аналізі постконфліктних контекстів, де активна фаза бойових дій уже завер-

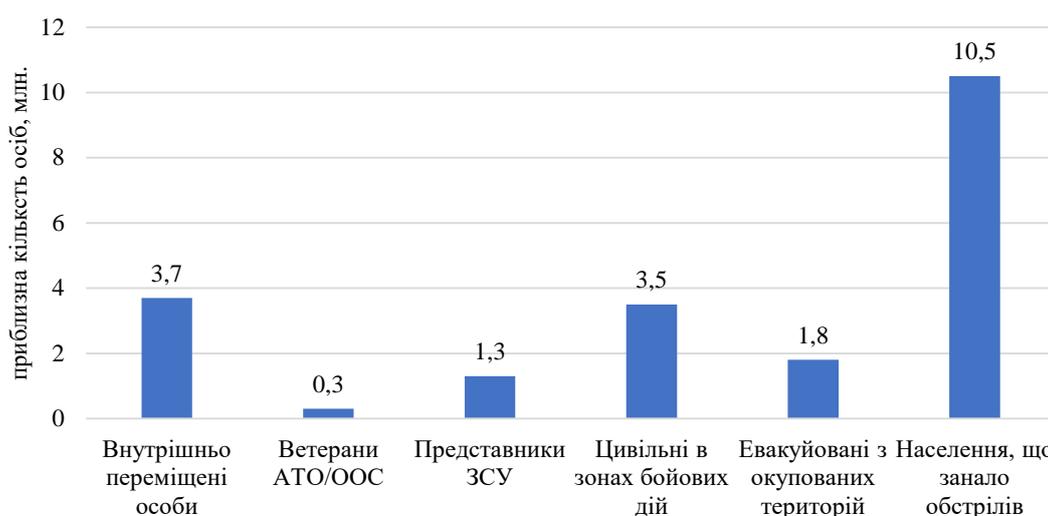


Рис. 1. Масштаби травматизації українського суспільства (2014–2025 рр.)

Джерело: (Міністерство з питань реінтеграції, 2025; Міністерство розвитку громад, 2025; Міністерство у справах ветеранів, 2025; Моніторингова місія з прав людини, 2025; Україна – Звіт про внутрішнє переміщення населення в Україні, 2025; Юридична газета, 2025).

шилася, і не враховують специфіки «травми, що триває» сучасних українців. Водночас на державному рівні практично відсутні системні програми, що розглядають театральну терапію як елемент підтримки ветеранів, ВПО та постраждалих від збройної агресії громад (Програма підтримки і розвитку театального та музичного мистецтва, 2024). Ініціативи окремих театрів, громадських організацій і волонтерських груп потребують методологічного узагальнення та інституціоналізації. Гостро постає й проблема адаптації світових психотерапевтичних і драмотерапевтичних методик до українського культурного контексту (Коробко, 2025: 57), що має унікальні історичні, ментальні, мовні та ціннісні особливості. Нагальною є потреба в підготовці міждисциплінарних фахівців на перетині психології травми, театальної педагогіки (Савінов, 2025: 134) та соціальної роботи.

Отже, дослідження театального мистецтва як засобу соціальної терапії в спільнотах із досвідом травми є надзвичайно актуальним для сучасної України, адже воно спрямоване на пошук ефективних моделей відновлення, соціальної інтеграції та зміцнення психологічної стійкості суспільства, яке вже понад десять років живе в умовах війни.

Аналіз досліджень. Розвиток театальної терапії як самостійного напрямку має насичену історію, що охоплює майже століття наукових, мистецьких та психотерапевтичних пошуків. Фундатором цього напрямку є Якоб Леві Морено, який ще у 1930-х роках створив у Відні «Театр спонтанності», а пізніше заснував «Терапевтичний театр» у Нью-Йорку. Його метод психодрами став першим систематизованим підходом, де театральна імпровізація була концептуалізована як метод психотерапевтичної допомоги (Морено, 1946). Морено розробив низку фундаментальних понять, що стали класичними для сучасної драмотерапії, зокрема спонтанність як здатність до адаптивних реакцій на нові життєві ситуації, а також катарсис як очищення через емоційне вивільнення та зміни ролей, що передбачає можливість побачити ситуацію з перспективи іншої людини. Психодрама поєднала театральні техніки та психодинамічні принципи, заклавши основу для подальшого розвитку театально-терапевтичних практик.

У подальшій історії театальної терапії особливе місце посів бразильський режисер і теоретик Августо Боаль, який у 1970-х роках сформулював концепцію «театру пригноблених» (Боаль, 1973). На противагу класичному підходу

Морено, концепція Боалья сформувалася в контексті політичних криз Латинської Америки й була орієнтована на подолання соціальної нерівності, системної несправедливості та екзистенційного безсилля. Боаль запропонував форму театру, де глядач перестає бути пасивним спостерігачем, перетворюючись на активного учасника, так званого «спект-актора», який може втручатися в хід дії, пропонувати альтернативні стратегії поведінки та шукати конструктивні виходи з ситуації пригноблення (Етманські, 2014: 81). До основних технік театру пригноблених належать «форум-театр», «театр образів» та методика «Райдуга бажань». Методологія Боалья дала змогу розглядати театральну терапію не лише як індивідуальну психокорекцію, а як інструмент соціальної мобілізації, зміцнення суб'єктності та відновлення громадських зв'язків у спільнотах, що пережили насильство чи колективний стрес.

Значний внесок у становлення напряму зробила також британська дослідниця Сью Дженнінгс, яка у 1960-х роках започаткувала школу драмотерапії. Її підхід ґрунтувався на використанні метафоричного потенціалу міфологічних, казкових та архетипних сюжетів, що виконують функцію універсальних моделей людського досвіду. Дженнінгс розробила поняття «трьох кіл драмотерапії», а саме ігрового, драматичного й театального, які відображають поступову еволюцію клієнта від спонтанної гри до структурованого драматичного відтворення та, зрештою, до фінальної сценічної презентації. Британська школа акцентує на символічній діяльності, що дає змогу учасникам безпечно експериментувати з ролями, дистанціюватися від травматичного досвіду та створювати нові наративи, які сприяють інтеграції особистісної історії.

У США помітний внесок у розвиток теоретичної основи драмотерапії зробив Девід Річард Джонсон, який сформував інтегративний підхід, поєднавши психодраму, гуманістичну психологію, екзистенційну терапію, тілесні практики та елементи когнітивно-поведінкової терапії. Він підкреслював, що драмотерапія має багатовимірний характер, оскільки поєднує емоційний, соматичний та когнітивний рівні в контексті групової динаміки. Завдяки цьому метод може бути адаптований для роботи з широким спектром психологічних порушень, зокрема різних форм травматичного досвіду.

Порівняльну характеристику основних напрямів театальної терапії та рівні їхньої ефективності в роботі з травмою наведено в табл. 1.

Сучасний етап розвитку драмотерапії характеризується значним зростанням кількості досліджень. Зокрема, Ленді (2010) вказує на ефективність драмотерапевтичних підходів у роботі з ПТСР. Результати досліджень Анічебе зі співавт. свідчать про позитивну динаміку в стані учасників, зокрема: зниження інтенсивності інтрузивних симптомів, зменшення стратегій уникання, стабілізацію емоційної регуляції та подолання симптомів заціпеніння (Anichebe et al., 2024). Доведено позитивний вплив драмотерапії на соціальне самопочуття учасників, що виявляється в зростанні рівня емпатії, гармонізації міжособистісної взаємодії та відновленні здатності до побудови безпечних і довірливих стосунків (Епплвайт зі співавт. (Applewhite et al.), 2025). Дослідження Лін зі співавт. (Lin et al., 2021) присвячені впливу драмотерапії на депресивні та тривожні стани, що демонструє терапевтичну перевагу методу в ситуаціях, коли традиційні вербальні підходи мають обмежену ефективність.

Особливу увагу дослідники приділяють застосуванню театральних практик у різних постконфліктних суспільствах. Аналіз міжнародного досвіду – зокрема, у Руанді після геноциду 1994 року, Боснії та Герцеговині після конфліктів 1990-х, Колумбії після тривалих внутрішніх зіткнень та Північній Ірландії після періоду «Troubles» – засвідчує фундаментальну роль театральних методів у процесах національного примирення, відновлення довіри та опрацювання глибоких колективних травм (Кінг (King), 2010). У цих контекстах театр стає засобом примирення й відновлення діалогу між сторонами конфлікту, а також платформою для безпечного висловлення травматичного досвіду.

Значну увагу автори приділяють роботі з біженцями та ВПО в країнах Європи, США, Канаді, Австралії та на Близькому Сході (Донато (Donato), Ферріс (Ferris), 2020). Театральні практики в таких групах допомагають переосмислити травму втрати дому, відновити відчуття ідентичності та належності до спільноти, а також знизити рівень тривожності й дезорієнтації, пов'язаної з вимушеним переселенням. Окремий напрям становлять ветеранські програми у США, Великій Британії, Канаді та Ізраїлі, де театральні практики застосовуються в системі реабілітації військовослужбовців з ПТСР (Лучанінова (Luchaninova), Пилипчук (Pylurchuk), 2024). Такі програми охоплюють елементи ігротерапії, психодрами, форум-театру, а також постановки, засновані на реальних історіях ветеранів.

В українському контексті розвиток театральної терапії значно активізувався після 2014 року. Щорічні науково-практичні конференції з арттерапії, зокрема міжнародна міждисциплінарна конференція «Простір арттерапії», є майданчиками для презентації українських досліджень щодо застосування мистецьких практик у роботі з травмою війни (Савінов, 2025: 90). Одним із важливих напрямів стала активізація плейбек-театрів, які з 2014 року почали працювати з ВПО, родинами загиблих, ветеранами, волонтерами та громадами, що зазнали травматичного досвіду. Плейбек-театр зарекомендував себе як один із найефективніших інструментів у роботі з невисловленою травмою, оскільки дає змогу учасникам безпечно ділитися особистим досвідом, бачити його сценічне відображення та отримувати емоційне визнання й підтримку.

Якісно новий етап у розвитку драмотерапевтичних практик в Україні розпочався після повномасштабного вторгнення 2022 року. Показовим

Таблиця 1

Основні напрями театральної терапії: порівняльна характеристика

Назва методу (засновник, рік виникнення)	Основна техніка / підхід	Цільові групи	Ефективність під час роботи з травмою
Психодрама (Якоб Леві Морено, 1930-ті рр.)	розігрування життєвих сценаріїв протагоніста з допоміжними особами	індивідуальні та групові клієнти	висока, особливо у випадку ПТСР
Драмотерапія британської школи (Сью Дженнінгс, 1960-ті рр.)	драматизація міфів, казок, архетипових сюжетів	діти та дорослі	середня, особливо у разі колективної травми
Театр пригноблених (Августо Боаль, 1970-ті рр.)	форум-театр; участь «спект-акторів»; театр образів	соціальні групи, громади	висока у випадку соціальної травми
Соціодрама (Якоб Леві Морено, 1940-ві рр.)	опрацювання групових тем та соціальних конфліктів у ролях	великі групи та спільноти	висока у випадку колективної травми
Плейбек-театр (Джонатан Фокс, 1975 рік)	імпровізаційне відтворення особистих історій учасників	громади, групи, ВПО, ветерани	середня – висока

Джерело: узагальнено авторами.

є проєкт «Театр Незламних» у межах програми ментальної реабілітації UNBROKEN Foundation (2024 р.), орієнтований на ветеранів із важкими пораненнями, досвідом полону та бойовою травмою. Театральні постановки за їхньою участю сприяють відновленню відчуття суб'єктності, зміцненню внутрішніх ресурсів та розвитку навичок емоційної регуляції. Також стрімко розвивається українська спільнота практиків театру пригноблених – «Театр Змін», – яка організовує майстер-класи, дослідження та соціальні проєкти, спрямовані на роботу з травмою війни, дискримінацією та соціальними конфліктами.

Окремого значення набуває розвиток соціодрами в Україні, яку впроваджує психолог і психотерапевт Олександр Бреусенко-Кузнецов (2013). Її програми спрямовані на роботу з колективними травмами, зокрема спричиненими Голодомором, політичними репресіями та сучасними воєнними подіями. Соціодрама в українському контексті демонструє високу ефективність як інструмент відновлення групової цілісності та переосмислення складних історичних наративів. Значний внесок роблять соціальні інклюзивні театри, мережа яких в Україні вже налічує понад 100 колективів. Їхня діяльність зосереджена на роботі з людьми з інвалідністю, зокрема з тими, чий стан ускладнений травматичним досвідом (Романчишин, 2025: 26).

Таким чином, сучасні наукові дослідження підтверджують ефективність театральних терапевтичних методів у роботі з широким спектром травматичних переживань. До встановлених механізмів впливу належать відновлення символічних структур, розвиток емоційної та соціальної компетентності, зміцнення почуття суб'єктності, активізація ресурсів групової підтримки та створення безпечного простору для опрацювання складних емоцій. Водночас огляд літератури засвідчує наявність прогалин у дослідженнях, зокрема недостатню кількість моделей, адаптованих для роботи з колективною травмою, неналежну увагу до культурноспецифічних аспектів у країнах Центральної та Східної Європи, а також обмежену кількість лонгitudних досліджень, які могли б засвідчити довготривалий ефект терапії. Український досвід потребує особливого наукового аналізу, оскільки поєднує риси тривалості травматичних подій, масштабності постраждалих груп та культурної своєрідності, що істотно впливає на механізми відновлення.

Мета статті – виявлення потенціалу театрального мистецтва як інструменту соціальної терапії для спільнот із досвідом колективної травми,

а також теоретичне обґрунтування театральних методів, що є найбільш релевантними в українському соціокультурному контексті воєнного та післявоєнного періодів (2014–2025 рр.).

Завдання дослідження:

1) розкрити теоретичні основи застосування театральних методів у процесі психологічної реабілітації та подолання травми;

2) проаналізувати специфіку колективної травматизації українського суспільства впродовж 2014–2025 рр.;

3) систематизувати театральні техніки, які застосовуються в соціальній терапії та обґрунтувати механізми терапевтичного впливу театрального мистецтва на травмовані спільноти.

Виклад основного матеріалу. Театральна терапія ґрунтується на трактуванні театру не лише як виду мистецтва, а як специфічного простору символічної взаємодії, у межах якого відбувається безпечна рефлексія індивідуального внутрішнього світу людини й колективного досвіду спільноти. Її терапевтичний потенціал реалізується через низку психологічних механізмів, що забезпечують емоційне, когнітивне та соціальне відновлення особистості.

Визначальним механізмом терапевтичного впливу театру є катарсис, який традиційно трактується як емоційне очищення через співпереживання. Поняття «катарсис» упроваджено в працях Арістотеля, зокрема в трактаті «Поетика», де давньогрецький мислитель описує здатність трагедії викликати в глядачів почуття страху та співчуття, що призводить до емоційного очищення. Театральна дія дає змогу людині проживати інтенсивні почуття без ризику реальної загрози, що сприяє зниженню внутрішньої напруги та інтеграції складних емоційних переживань. У контексті подолання психологічної травми катарсис набуває особливого значення, оскільки дає змогу учасникам і глядачам вивільнити емоції, що в повсякденному житті часто витісняються або пригнічуються, та знайти для них релевантний спосіб символічного втілення.

Наступним за значущістю є естетичне дистанціювання, що створює оптимальну психологічну відстань між людиною та її травматичним досвідом. Ця концепція ґрунтовно розроблена німецьким драматургом і режисером Бертольттом Брехтом у межах теорії «ефекту очуження». Естетична дистанція допомагає людині сприймати особисті переживання опосередковано через образ, роль або сценічну ситуацію. Це мінімізує деструктивний вплив переживань, роблячи травматичний матеріал доступним для усвідомлення та рефлексії. Спостерігаючи за втіленням власних внутрішніх конфліктів у театральній формі або через ігрове втілення

ролі, що резонує з особистим досвідом, людина має можливість проаналізувати власне травматичне переживання з нової перспективи. Сценічна роль у цьому процесі виконує захисну функцію, даючи змогу опрацювати складні й травматичні теми в межах умовності, що знижує рівень психологічного захисту та сприяє глибшій внутрішній роботі.

Третім механізмом терапевтичного впливу театру є реконструкція та трансформація травматичного досвіду в процесі сценічної дії. Під час імпровізації чи постановки учасник може відтворити ситуацію, подібну до травматичної, але з принципово новою можливістю зміни сценарію та перебігу подій. Цей механізм найбільш повно реалізується в методі психодрами, де протагоніст має змогу повернутися до минулого досвіду, висловити приховані почуття, реалізувати дії, які раніше здавалися неможливими, або символічно змінити фінал події. Таке «переписування» травматичного сценарію сприяє набуттю нового досвіду контролю та агентності, допомагаючи людині перейти від ролі жертви до позиції активного суб'єкта, здатного впливати на власне життя.

Четвертим механізмом є соціальність театральної діяльності та відновлення міжособистісних зв'язків через спільну творчість. Психологічна травма, особливо колективна, часто супроводжується соціальною ізоляцією, втратою довіри до

інших та руйнуванням почуття спільності. Театр як колективне мистецтво створює умови для взаємодії, співпраці та взаємної підтримки. Залученість до спільного творчого процесу допомагає відновити комунікативні навички, актуалізувати досвід солідарності та приналежності до групи. Це має важливе значення в роботі з колективною травмою, де індивідуальне зцілення тісно пов'язане з відновленням соціальних зв'язків і довіри в межах спільноти.

Для схематизації проаналізованих механізмів терапевтичного впливу театральних методів на колективну психологічну травму було розроблено алгоритм у формі блок-схеми (рис. 2).

Вона відображає логіку терапевтичного впливу театру як процесу переходу від дезінтегративних наслідків колективної травми до відновлення психологічної та соціальної цілісності. Театральний процес є медіатором між травматичним досвідом і результатами відновлення, активуючи множинні механізми впливу, зокрема емоційні, когнітивні, тілесні та соціальні. Саме їхня синергія забезпечує глибокий і стійкий терапевтичний ефект, який виходить за межі індивідуального зцілення та сприяє реконструкції спільнот. Таким чином, театральна терапія діє комплексно, впливаючи одночасно на емоційний, когнітивний, тілесний і соціальний рівні функціонування особистості.

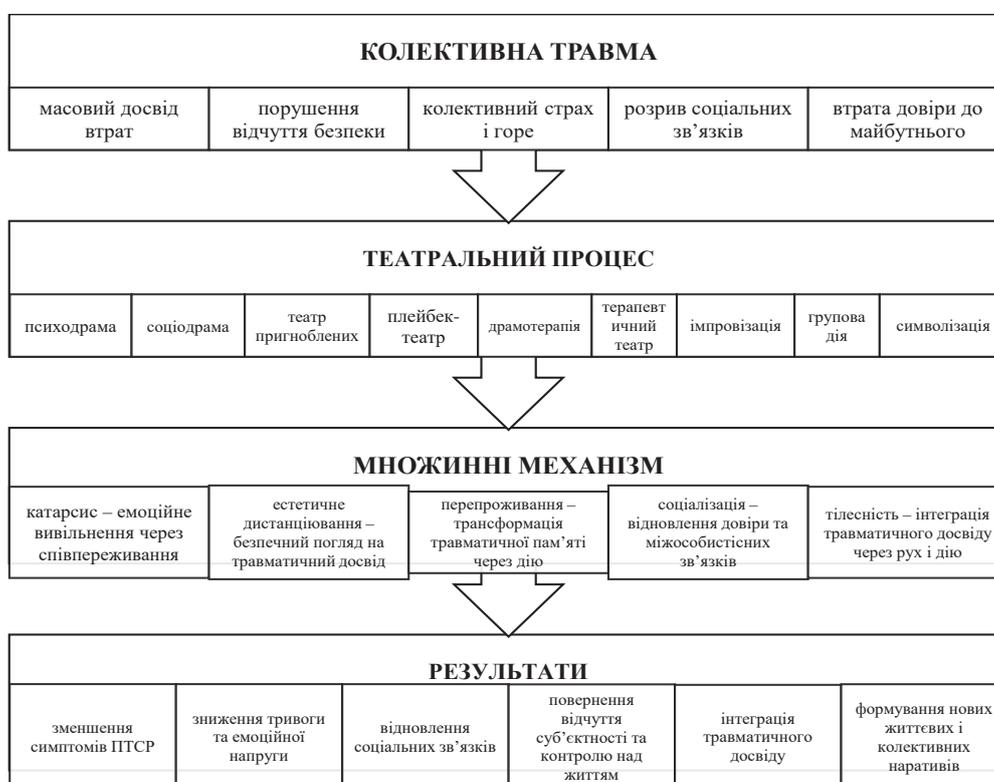


Рис. 2. Механізми терапевтичного впливу театру на колективну травму

Джерело: авторська розробка.

Колективна травма є соціально-психологічним феноменом, що виходить за межі індивідуального досвіду та охоплює великі соціальні групи, формуючи спільні емоційні, когнітивні та поведінкові реакції на травматичні події. На відміну від індивідуальної травми, локалізованої в особистому досвіді конкретної людини, колективна поширюється на членів спільноти незалежно від ступеня їхньої прямої залученості, поширюючись на свідків, родини постраждалих, а також осіб, що зазнали опосередкованого впливу через медіа, соціальні наративи та механізми культурної пам'яті.

Однією з визначальних характеристик колективної травми є її часовий вимір. Вона не обмежується конкретною подією, а має тенденцію до пролонгації, закріплюючись у колективній пам'яті та передаючись між поколіннями. Механізм трансгенераційної передачі травми полягає в тому, що нащадки людей, які пережили екстремальні події, можуть несвідомо успадковувати тривожні патерни, відчуття небезпеки, втрати або безсилля, навіть не маючи власного досвіду травматичних подій. Таким чином, колективна травма стає частиною групової ідентичності, впливаючи на уявлення спільноти про власне минуле, теперішнє та майбутнє, а також на відчуття приналежності й безпеки.

Українське суспільство має глибокий історичний досвід колективних травм, що сформували його соціально-психологічний ландшафт: Голодомор 1932–1933 років, який призвів до масової загибелі населення та руйнування довіри до соціальних інститутів; сталінські репресії 1930-х років, спрямовані проти інтелігенції, духовенства та селянства; а також події Другої світової війни, що супроводжувалися колосальними людськими втратами та фізичними руйнуваннями. Окреме місце посідає катастрофа на Чорнобильській атомній електростанції 1986 року, яка спричинила не лише екологічну та демографічну кризу, а й тривале відчуття небезпеки, втрати дому та контролю над власним життям.

Сучасний етап колективної травматизації українського суспільства розпочався у 2014 році з анексії Криму та початку збройного конфлікту на сході України. АТО, а згодом ООС тривали до лютого 2022 року, створюючи хронічний стан напруженості та невизначеності. Повномасштабне вторгнення Російської Федерації 24 лютого 2022 року загострило травматичний досвід, зробивши війну реальністю для більшості громадян. Масові внутрішні та зовнішні переміщення, загибель цивільного населення та військових,

руйнування житлових кварталів, інфраструктури та цілих міст спричинили багатомірну травму втрати – людей, простору, стабільності та відчуття майбутнього.

До специфічних проявів колективної травми в сучасному українському контексті належать зниження здатності до довгострокового планування, хронічне відчуття небезпеки, порушення довіри до світу, розрив соціальних зв'язків унаслідок евакуації, мобілізації або загибелі близьких, а також колективно пережиті страх і горе. Ці симптоми мають не лише індивідуальний, а й суспільний характер, що вимагає відповідних форм психологічного втручання.

У цьому контексті постає питання обмеженості традиційної індивідуальної психотерапії в роботі з колективною травмою такого масштабу. По-перше, існує значний дисбаланс між кількістю людей, які потребують психологічної допомоги, та наявними ресурсами системи психічного здоров'я. По-друге, вербально орієнтовані методи не завжди є ефективними в роботі з травмою, яка часто має тілесні та невербалізовані прояви. По-третє, колективна травма потребує групових і спільнотних форматів роботи, спрямованих не лише на індивідуальну реабілітацію, а й на комплексну реконструкцію порушених соціальних зв'язків і відчуття спільнотності. Важливу роль у цьому процесі відіграє творчість як ресурс, що протистоїть деструктивному впливу травми через акт створення, символізації та надання сенсу досвіду.

З огляду на це необхідно систематизувати театральні техніки, які застосовуються в соціальній терапії під час роботи з різними аспектами травми (табл. 2).

Театральні методи соціальної терапії розглядаються як цілісна система практик, що інтегрують художню експресію, групову взаємодію та психологічну рефлексію з метою терапевтичного опрацювання індивідуальної травми та соціокультурної реінтеграції спільнот. Їхньою спільною рисою є використання театральної умовності як безпечного простору, у якому травматичний досвід може бути символічно представленим, переосмисленим і трансформованим. Кожен метод має власну теоретичну основу, специфічні техніки та сфери застосування, однак усі вони спрямовані на відновлення суб'єктності, соціальних зв'язків і здатності людини та спільноти до творення смислів.

Одним з основних методів соціально орієнтованої театральної терапії є психодрама Якоба Леві Морено. Її теоретичним підґрунтям є концепція людини як системи ролей, що реалізується в між-

особистісній взаємодії, а також визнання спонтанності й креативності визначальними чинниками психічного здоров'я. Психодрама ґрунтується на принципі «дії замість розповіді»: внутрішній конфлікт або травматичний досвід не лише вербалізується, а й розігрується в сценічному просторі. Центральною фігурою процесу є протагоніст – учасник, чия життєва історія стає об'єктом групової роботи. Важливу роль відіграє терапевт-режисер, який структурує дію, гарантує психологічну безпеку та сприяє глибокому дослідженню досвіду, а також допоміжні особи, які втілюють значущих інших або суб'єктивні частини внутрішнього світу протагоніста.

Психодраматичні техніки спрямовані на розширення перспективи сприйняття та емоційну інтеграцію травматичного досвіду. Обмін ролями дає змогу протагоністу тимчасово ідентифікуватися з позицією іншого, що стимулює розвиток емпатії та зменшення ригідних уявлень. Техніка «подвоєння» допомагає усвідомити й вербалізувати невисловлені почуття й думки, тоді як «дзеркало» забезпечує можливість сприйняти себе як іншу людину. «Порожній стілець» застосовується для завершення діалогів із відсутніми або втраченими фігурами. У роботі з травмою психодрама має особливу цінність, оскільки дає змогу символічно повернути контроль над подією, «переписати» її сценарій та трансформувати позицію безпорадності в позицію дії. Міжнародний досвід, зокрема практика реабілітації ветеранів воєн у

США та Ізраїлі, підтверджує терапевтичну ефективність психодрами в зниженні симптомів ПТСР, опрацюванні травми втрати та відновленні соціального функціонування.

Наступним важливим методом є соціодрама, яка також походить з концепції Морено, проте фокусується не на індивідуальному, а на колективному рівні переживань. Соціодрама спрямована на дослідження соціальних ролей, групових конфліктів і спільних травматичних тем, актуальних для певної спільноти. У центрі процесу перебуває не окрема людина, а колективний досвід, що робить метод особливо релевантним для роботи з колективною травмою. Соціодрама дає змогу спільноті символічно відтворити травматичні події, детально проаналізувати їхній вплив на структуру групової ідентичності та сформувати нові наративи, які інтегрують досвід болю, уникаючи при цьому повної ідентифікації історії спільноти з травмою. Українська практика соціодрами, зокрема робота з історичними та сучасними травмами, демонструє потенціал методу у формуванні колективної рефлексії та відновленні зв'язку між минулим і сучасністю.

Окреме місце серед театральних методів соціальної терапії посідає «театр пригноблених», створений Августо Боалем. Його теоретичною основою є критична педагогіка та концепція театру як інструменту соціальних змін. Попри те, що ця методологія не позиціювалася як терапевтична в клінічному сенсі, вона демонструє виражений

Таблиця 2

Театральні техніки для роботи з різними аспектами травми

Аспект травми	Театральна техніка	Метод	Очікуваний результат
Порушення відчуття безпеки	Створення безпечного простору через груповий ритуал, вступні та завершальні дії, правила групи	Усі театральні методи	Відновлення довіри та відчуття психологічної захищеності
Емоційне заціпеніння	Імпровізаційні рухові та емоційні вправи	Театр спонтанності	Активізація емоційної сфери, відновлення здатності відчувати
Безпорадність	Роль «спект-актора» з можливістю втручання в дію	Форум-театр, театр пригноблених	Повернення відчуття суб'єктності та впливу на події
Соціальна ізоляція	Групові інтерактивні вправи, спільна сценічна дія	Усі театральні методи	Відновлення соціальних зв'язків і досвіду приналежності
Нав'язливі спогади про травматичну подію	Розігрування травматичного сценарію з альтернативним фіналом	Психодрама	Трансформація травматичної пам'яті та зниження її емоційної інтенсивності
Втрата сенсу життя	Робота з міфами, казками та архетиповими сюжетами	Драмотерапія	Пошук нових смислів і інтеграція досвіду в ширший життєвий контекст
Групова дезорієнтація	Створення колективного сценічного наративу	Соціодрама	Відновлення групової ідентичності та спільного бачення майбутнього

Джерело: авторська розробка.

терапевтичний потенціал, зокрема в роботі з травмою, спричиненою насильством, пригніченням і безсиллям. «Форум-театр», «театр образів» та інші форми методу залучають глядачів до активної участі, перетворюючи їх із пасивних спостерігачів на співтворців дії. У контексті травми це сприяє відновленню почуття агентності, можливості впливати на події та шукати альтернативні стратегії. Українські практики «театру пригноблених», зокрема діяльність громадських організацій після 2014 року, засвідчують ефективність методу в роботі з темами війни, дискримінації та соціальної несправедливості. Так, діяльність гуманітарного центру підтримки ветеранів бойових дій в нашій країні, а саме проєкт «Театр Незламних» фонду UNBROKEN, спрямована на застосування театрального мистецтва в терапевтичній роботі з травмованими групами учасників бойових дій та ветеранів. Представлене на рис. 3 фото ілюструє практичне застосування театральних методів у роботі з травмованими групами.



Рис. 3. Заняття з психодрами для ветеранів у межах програми ментальної реабілітації UNBROKEN, місто Львів, літо 2024 року

Джерело: (Терапія мистецтвом «Театр незламних»).

Плейбек-театр, заснований Джонатаном Фоксом, є ще одним важливим напрямом театральної соціальної терапії (Jonathan Fox, 2025). Його сутність полягає в імпровізованому відтворенні особистих історій глядачів на сцені. Цей метод ґрунтується на принципах глибокого слухання, емпатії та поваги до індивідуального досвіду. У роботі з травмою плейбек-театр створює унікальний простір публічного свідчення, де особиста історія отримує визнання та художню форму. Перетворення життєвого досвіду на сценічний образ забезпечує естетичну дистанцію, що допомагає людині по-новому побачити власну історію та інтегрувати її в ширший соціальний контекст. В Україні плей-

бек-театр активно використовується для роботи з темами війни, втрати та вимушеного переселення, створюючи терапевтичний ефект як оповідачам, так і глядачам. На фото представлено афішу перфоменсу плейбек-театру зі сценічного втілення історії українських жінок під час війни (рис. 4).



Рис. 4. Плейбек-театр: сценічне втілення історії українських жінок під час війни, Київ, осінь 2025 року

Джерело: (Плейбек-театр, 2025).

Драматерапія у вузькому розумінні передбачає використання готових культурних і драматичних сюжетів, наприклад міфів, казок, літературних творів, як засобу терапевтичної роботи. Теоретично цей підхід спирається на архетипну психологію та концепцію метафори як безпечного способу доступу до складних переживань. Проживання ролей у межах універсальних сюжетів дає змогу людині порівняти власний досвід із загальнолюдськими темами втрати, випробування та відновлення. У контексті травми драматерапія допомагає інтегрувати індивідуальний біль у культурний і смисловий простір, нівелюючи відчуття ізольованості та унікальності страждання.

Завершальним методом у цій системі є «терапевтичний театр» або «театр спонтанності», що походить із ранніх ідей Морено. Його визначальним принципом є імпровізація без заздалегідь визначеного сценарію, де головну цінність має процес творчої взаємодії. Для травмованої людини така форма роботи сприяє подоланню емоційного заціпеніння, відновленню здатності до гри, радості та живого контакту з іншими. Роз-

виток спонтанності розглядається як важливий показник психологічного відновлення й адаптації до нових життєвих обставин.

Таким чином, театральні методи соціальної терапії утворюють багатовимірний інструментарій роботи з травмою, що поєднує індивідуальний і колективний рівні, вербальні та тілесні форми вираження, особисту та соціальну трансформацію. Їхня ефективність зумовлена здатністю театру створювати простір безпеки, сенсу та спільності, що є критично важливим у контексті масових і тривалих травматичних подій.

У дослідженні обґрунтовано механізми терапевтичного впливу театру на травмовані спільноти, акцентовано на особливості групової роботи з травмованими спільнотами, оскільки саме груповий формат є одним із найефективніших у подоланні наслідків колективної та масової травми. Театральна соціальна терапія в цьому контексті постає не лише методом індивідуального психологічного впливу, а й простором відновлення порушених соціальних зв'язків, довіри та відчуття приналежності. Важливою умовою такої роботи є створення безпечного терапевтичного середовища, без якого неможливо глибоко опрацювати травматичний досвід.

У груповій театральній роботі це середовище ґрунтується на чітко визначених і послідовно підтримуваних принципах. Одним з основних є принцип конфіденційності, що гарантує нерозголошення інформації про перебіг групових зустрічей та особистий досвід учасників поза межами терапевтичного простору. Це створює відчуття захищеності та знижує страх осуду або стигматизації. Не менш важливою є добровільність участі, яка означає право кожного учасника самостійно визначати міру своєї залученості та відмовлятися від виконання будь-якої вправи без пояснення причин. Такий підхід повертає людині відчуття контролю, яке часто втрачається внаслідок травми. Принцип права на мовчання дає змогу не ділитися досвідом або емоціями до моменту, коли учасник буде до цього готовий, що є особливо важливим у роботі з глибокими або ще не інтегрованими переживаннями.

Атмосфера підтримки та прийняття формується через заборону оцінних суджень і критики досвіду інших учасників. У групі наголошується на унікальності кожного переживання та його суб'єктивній цінності. Ведучий відіграє визначальну роль у підтриманні емоційної безпеки, уважно відстежуючи групову динаміку та надаючи підтримку в моменти інтенсивних емоційних реакцій. Така його позиція сприяє формуванню

довіри та стабільності, необхідних для терапевтичного процесу.

Групова театральна робота з травмованими спільнотами зазвичай має чітку поетапну структуру. Перший етап пов'язаний зі знайомством та встановленням довіри між учасниками та ведучим. На цьому етапі обговорюються правила групи, окреслюються межі безпеки та формується первинне відчуття прийняття. Другий етап – розігрів або warm-up – спрямований на підготовку тіла, емоцій та уваги до подальшої роботи. Застосовуються прості рухові, дихальні, голосові вправи та ігрові елементи, які допомагають знизити напруження та активізувати ресурс спонтанності.

Основний етап роботи передбачає застосування конкретних театральних технік відповідно до обраного методу, а саме психодрами, соціодрами, плейбек-театру чи інших форм. Саме на цьому етапі відбувається безпосереднє символічне опрацювання травматичного досвіду. Після цього – етап шерінгу, де учасники мають змогу поділитися власними відчуттями, емоціями та усвідомленнями, не отримуючи зворотного зв'язку у формі порад або оцінок. Завершальним є етап інтеграції, спрямований на осмислення отриманого досвіду та його зв'язку з повсякденним життям, а також на пошук практичних способів застосування нових інсайтів поза межами групи.

Ефективність такої роботи залежить переважно від компетентності ведучого. Він має володіти глибокими знаннями щодо театральних методів і технік, а також умінням гнучко адаптувати їх до потреб конкретної групи. Необхідною є психологічна підготовка, що охоплює розуміння механізмів травми, симптомів ПТСР, особливостей індивідуального й колективного горювання. Ведучий має володіти навичками ідентифікації кризових станів та надання первинної емоційної підтримки, суворо дотримуючись меж своєї професійної компетентності та етичних стандартів втручання. Обов'язковими складниками професійної діяльності є регулярна супервізія та практики самопідтримки, оскільки тривала робота з травмою пов'язана з ризиком вторинної травматизації та емоційного вигорання.

На основі системного аналізу узагальнено наукові дані щодо ефективності театральних методів у соціальній терапії спільнот, які мають досвід індивідуальної та колективної травми. Аналіз сучасних досліджень засвідчує, що театральна терапія є ефективним інструментом психологічної й соціальної підтримки, здатним впливати як на внутрішній стан окремої людини, так і на відновлення порушених зв'язків у межах спільноти. Її

ефективність підтверджується даними як якісних, так і кількісних досліджень, здійснених у різних культурних і соціальних контекстах.

Дослідження, засновані на аналізі інтерв'ю, рефлексивних щоденників та усних і письмових відгуків учасників програм театральної терапії, демонструють стійкі позитивні зміни в суб'єктивному самопочутті (Фернандес-Агуаюо зі співавт. (Fernández-Aguayo et al.), 2023; Рейсман (Reisman), 2024; Савінов, 2025). Учасники зазначають значний прогрес у соціальній адаптації: зменшення відчуття самотності та соціальної ізоляції, що є характерними наслідками травматичного досвіду, покращення настрою та відновлення здатності до переживання радості й емоційної залученості. Важливим результатом є посилення відчуття зв'язності з іншими людьми, формування досвіду спільності та взаємної підтримки, а також глибше осмислення власного життєвого досвіду через його символічне та художнє опрацювання.

Дослідження Елькаріф зі співавт. (Elkarif et al.) (2025), Мейор та Саджнани (Mayor, Sajnani) (2025), Савінова (2012), що застосовують стандартизовані психодіагностичні інструменти, підтверджують ці результати на об'єктивному рівні. Зафіксовано статистично значуще зниження показників тривожності та депресивних симптомів, зменшення інтенсивності проявів ПТСР, а також покращення загального емоційного стану учасників. Крім того, участь у театральних терапевтичних програмах пов'язана з підвищенням самооцінки, відчуття власної ефективності та здатності впливати на власне життя, що є визначальними чинниками психологічної резильєнтності.

Спостереження засвідчують стійкість досягнутих змін, а саме збереження позитивного ефекту впродовж місяців і навіть років після завершення програм (Головатюк, 2025; Горностай, 2018; Франкова та ін., 2023). Учасники демонструють розвиток нових копінгових стратегій для подолання стресу, кращу адаптацію до складних життєвих обставин та підвищену якість життя. Порівняльний аналіз з іншими формами арттерапії вказує на специфічні переваги театральних методів, зокрема виразний соціальний складник, зумовлений груповим форматом роботи, акцент на активній дії та тілесній залученості, а також можливість опрацювання складних міжособистісних і соціальних ситуацій через рольову взаємодію. У сукупності ці дані дають змогу розглядати театральну соціальну терапію як ефективний і перспективний підхід у роботі зі спільнотами, що пережили травматичні події.

Отже, спираючись на отримані результати дослідження визначено перспективи подальшого

розвитку театральної терапії в Україні як міждисциплінарного напрямку психологічної, соціальної та культурної роботи. Насамперед перспективним є інституціоналізація театральної терапії, що передбачає її поступове визнання на рівні державних і недержавних програм психосоціальної підтримки населення. Це охоплює інтеграцію театральних методів у систему психологічної допомоги ветеранам, ВПО, родинам загиблих, а також у програми роботи з дітьми та підлітками, які зазнали впливу воєнної травми.

Важливою перспективою є розвиток професійної підготовки фахівців у сфері театральної терапії. Йдеться про створення освітніх програм, сертифікаційних курсів і міждисциплінарних навчальних модулів, які поєднуюватимуть знання з психології травми, театального мистецтва, групової динаміки та етики терапевтичної роботи. Підвищення кваліфікації фахівців сприятиме стандартизації практик, підвищенню якості та безпеки роботи з травмованими спільнотами.

Окремим напрямом подальшого розвитку є розширення науково-дослідної бази театральної терапії в українському контексті. Актуальним залишається здійснення емпіричних досліджень ефективності різних театральних методів з урахуванням культурних, соціальних та історичних особливостей українського суспільства. Це охоплює як кількісні дослідження із застосуванням стандартизованих психодіагностичних інструментів, так і якісні, спрямовані на глибоке розуміння суб'єктивного досвіду учасників терапевтичних програм.

Перспективним також є розвиток спільнотної та регіональної роботи, зокрема в малих містах і сільських громадах, де доступ до індивідуальної психотерапії часто є обмеженим. Театральна терапія завдяки груповому формату та відносно низьким ресурсним витратам може стати ефективним інструментом підтримки на локальному рівні, сприяючи відновленню соціальних зв'язків і формуванню відчуття спільності.

Крім того, важливим напрямом є інтеграція театральної терапії з іншими формами психосоціальної допомоги та арттерапії, що дасть змогу створювати комплексні програми підтримки. Міждисциплінарна співпраця психологів, соціальних працівників, митців і педагогів розширює можливості впливу та підвищує ефективність втручань у роботі з травмою.

Таким чином, подальший розвиток театральної терапії в Україні має значний потенціал як у практичній, так і в науковій площинах, відповідаючи актуальним потребам суспільства в умовах три-

валої колективної травматизації та післявоєнного відновлення. Реалізація окреслених перспектив сприятиме формуванню стійких механізмів психологічної підтримки та соціальної згуртованості на індивідуальному та колективному рівнях.

Висновки. Дослідження виявило, що театральне мистецтво є унікальним та високоефективним інструментом роботи з колективною травмою завдяки своїм специфічним характеристикам та багатоплановому впливу на психіку й соціальну взаємодію учасників. Театральні практики поєднують множинні терапевтичні механізми, які діють одночасно, а саме: катарсис дає змогу пережити й «очистити» емоції через співпереживання, дистанціювання – безпечно осмислити травматичний досвід, перепроживання сприяє трансформації травматичних спогадів, а соціалізація відновлює міжособистісні зв'язки та відчуття спільності. Особливу ефективність демонструють групові театральні методи, оскільки колективна травма потребує соціоцентричних форм зцілення. Театральний процес забезпечує комплексний вплив на декількох рівнях: соматичному (через рух, жест і пантоміму); афективному (через вираження почуттів); когнітивному (через переосмислення досвіду) та екзистенційному (через конструювання нових сенсів і життєвих наративів).

Актуальність театральної терапії для українського суспільства надзвичайно висока, враховуючи масштаби колективної травми, спричиненої тривалим воєнним конфліктом. Дослідження підкреслює необхідність адаптації міжнародних методик до українського контексту, що передбачає використання українських фольклорних сюжетів, урахування ментальних та культурних особливостей населення, а також історичного досвіду. Важливо враховувати, що робота з травмою в Україні часто відбувається в умовах постійної загрози. Це вимагає особливої обережності та комплексного підходу, поєднуючи театральні методи з іншими формами психологічної підтримки та психотерапії.

Порівняльний аналіз демонструє низку переваг театральних методів над іншими формами роботи з травмою. По-перше, театральні практики є доступними, оскільки не потребують спеціальної підготовки, художніх здібностей або попереднього досвіду. По-друге, груповий характер роботи сприяє залученню значно більшої кількості учасників порівняно з індивідуальною психотерапією, що особливо актуально за умов обмежених ресурсів. По-третє, невербальна комунікація через рух, жест, міміку та інтонацію дає змогу виражати ті аспекти травматичного досвіду, які складно передати словами. Творчість є потуж-

ним ресурсом відновлення, що сприяє конструктивному протистоянню деструктивності травми. Спільна творча діяльність сприяє соціалізації та відновленню міжособистісних зв'язків, зменшуючи відчуття ізоляції та самотності.

Водночас дослідження виявило певні виклики та обмеження застосування театральних методів. Основною проблемою є недостатня кількість фахівців, які володіють як театральними, так і психологічними компетентностями. В Україні поки що відсутні системні програми підготовки драмотерапевтів, що обмежує масштаб упровадження методики. Необхідною є супервізія ведучих терапевтичних груп, оскільки робота з травмою є емоційно виснажливою. Необхідно враховувати, що не всі театральні практики підходять для роботи в гострій фазі травми та не можуть замінити медикаментозне лікування або психіатричну допомогу в разі тяжких психічних розладів. Особливої уваги потребують етичні аспекти роботи з травмованими групами, зокрема питання конфіденційності, інформованої згоди та попередження ретравматизації.

Перспективи розвитку театральної терапії в Україні є значущими. Необхідно впроваджувати освітні програми з підготовки драмотерапевтів у профільних закладах вищої освіти, таких як Київський національний університет культури і мистецтв та Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені Івана Карпенка-Карого. Важливою є інтеграція театральних методів у державні та громадські програми реабілітації постраждалих від війни, зокрема ветеранів, ВПО та родин загиблих. Перспективним є розвиток наукових досліджень ефективності театральних методів у роботі з різними типами травм та групами населення. Не менш важливим є міжнародний обмін досвідом із країнами, які мають напрацьовані методики роботи в постконфліктних контекстах. Необхідним кроком є розбудова професійної мережі фахівців із театральної терапії для обміну досвідом, взаємопідтримки та впровадження обов'язкової супервізії. Державна підтримка театральних ініціатив через фінансування програм і грантів може значно розширити охоплення цільових груп.

На практичному рівні доцільним є впровадження спеціалізованих програм підготовки для психологів та соціальних працівників для опанування театральних методів, що дасть змогу істотно розширити їхній професійний інструментарій, а також враховувати можливість інтеграції групових театральних практик клієнтів у загальну систему реабілітації як дієвого доповнення до

індивідуального супроводу. Для театральних педагогів та режисерів важливою є спеціалізована підготовка з психології травми та групової динаміки. Опанування етичних стандартів взаємодії з вразливими категоріями населення та готовність до регулярної супервізії є необхідними умовами забезпечення якості та безпеки творчо-терапевтичного процесу. Організаціям, діяльність яких спрямована на підтримку постраждалих від війни, рекомендовано імплементувати театральні методи в комплексні програми реабілітації. Основними умовами такої інтеграції мають стати: створення безпечного комунікативного простору, залучення сертифікованих фахівців та дотримання протоколів групової роботи. Для органів державної влади

та благодійних фондів пріоритетним є визнання театральної терапії як легітимного й високоєфективного методу психосоціальної підтримки. Це передбачає перехід до системного фінансування програм підготовки кадрів, підтримку довготривалих терапевтичних проєктів та розбудову механізмів міжвідомчої координації між сферами культури, охорони здоров'я та соціального захисту.

Таким чином, театральна терапія в Україні демонструє значний потенціал для подолання колективної травми, сприяння відновленню психоемоційного та соціального благополуччя постраждалих груп, а її розвиток вимагає комплексного підходу, освіти фахівців, наукового супроводу та державної підтримки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бреусенко-Кузнецов О.А. Соціальна відповідальність і проблема природничонаукових її передумов. *Вісник Національного технічного університету України «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2013. Вип. 2 (38). С. 27–28. URL: <https://surl.li/wnyfwvt> (дата звернення: 17.12.2025).
2. Головатюк В. Реабілітаційні можливості театральної діяльності в закладі освіти: на прикладі театральної студії КЗ «НБК «Школа гуманітарної праці» Херсонської обласної ради. *Український Педагогічний журнал*. 2025. Вип. 1. С. 149–157. URL: <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2025-1-149-157> (дата звернення: 17.12.2025).
3. Горностай П.П. Колективна травма як проблема соціальної та політичної психології. *Проблеми політичної психології*. 2018. Вип. 7 (21). С. 54–68. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734751/1/Gorn2018-2.pdf> (дата звернення: 17.12.2025).
4. Громадська організація «Театр змін»: веб-сайт. URL: <https://teatrzmyn.org.ua/> (дата звернення: 17.12.2025).
5. Міністерство з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій України: веб-сайт. URL: <https://surl.lu/mjsgkm> (дата звернення: 17.12.2025).
6. Міністерство розвитку громад та територій України: веб-сайт. URL: <https://mindev.gov.ua/> (дата звернення: 17.12.2025).
7. Міністерство у справах ветеранів України: веб-сайт. URL: <https://mva.gov.ua/> (дата звернення: 17.12.2025).
8. Моніторингова місія з прав людини в Україні: веб-сайт. URL: <https://ukraine.ohchr.org/uk> (дата звернення: 17.12.2025).
9. Плейбек-театр: веб-сайт. URL: <https://www.instagram.com/art.playback/p/DQT40qZjcd7/> (дата звернення: 17.12.2025).
10. Програма підтримки і розвитку театального та музичного мистецтва Київської області на 2022–2024 роки. 16 с. URL: <https://surl.lt/cmhmyz> (дата звернення: 17.12.2025).
11. Романчишин В. Безбар'єрність та інклюзивність українських театрів: соціокультурний аспект. *Науковий вісник Київського національного університету театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого*. 2025. С. 25–29. URL: <https://doi.org/10.34026/1997-4264.36.2025.332752> (дата звернення: 17.12.2025).
12. Савінов В.В. Вплив плейбек-театру на особистість, що переживає наслідки травматичних подій. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій: збірник статей / під наук. ред. Т.М. Титаренко*. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2015. С. 133–144. URL: <https://surl.li/ymlfds> (дата звернення: 17.12.2025).
13. Савінов В. Соціально-терапевтичний вектор плейбек-театральної події. *Простір арттерапії: вектори змілення у часи війни: матеріали XXII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції*, м. Київ, 21–23 березня 2025 р. / за наук. ред. О.Л. Вознесенської, Л.О. Подкоритової. Київ: Талком, 2025. С. 89–95. URL: <https://surl.li/xqiny1> (дата звернення: 17.12.2025).
14. Спейзер В.М., Спейзер Ф. Пом'якшення колективної травми за допомогою мистецтва. *Простір арттерапії: вектори змілення у часи війни: матеріали XXII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції*, м. Київ, 21–23 березня 2025 р. / за наук. ред. О.Л. Вознесенської, Л.О. Подкоритової. Київ: Талком, 2025. С. 102–104. URL: <https://surl.li/wmhkik> (дата звернення: 17.12.2025).
15. Терапія мистецтвом «Театр незламних»: веб-сайт. URL: <https://unbroken.org.ua/ua/projects/terapi-ya-miste-cztvom-teatr> (дата звернення: 17.12.2025).
16. Україна – Звіт про внутрішнє переміщення населення в Україні – Опитування загального населення – Раунд 21 – жовтень 2025 року: веб-сайт «The Displacement Tracking Matrix (DTM)». URL: <https://surl.li/rhfaqa> (дата звернення: 17.12.2025).
17. Франкова І., Чабан О., Петренко Г., Токарчук А. Колективна травма населення України: реалії, перспективи та можливість дослідження трансгенераційного аспекту. *PMGP*. 2023. Т. 8, № 3. 42 с. URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/442> (дата звернення: 17.12.2025).

18. Юридична газета : офіційний веб-сайт. URL: <https://surl.lu/iqueoog> (дата звернення: 17.12.2025).
19. Anichebe Obiora, Anibueze Anselm U., Anum Victoria, Ohaja Edith Ugochi, Ezeugwu Cindy Anene, Obasi Nelson Torti, Onogwu Elizabeth Odachi, Gever Verlumun Celestine. Effectiveness of drama and music therapies as health communication interventions for reducing anxiety and posttraumatic disorders among children-victims of flood. *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2024. Vol. 57. 101890. URL: <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2024.101890> (date of access: 17.12.2025).
20. Applewhite B., Delattre B., Singh I. et al. Creative arts-based interventions for the improvement of PTSD symptoms in young people: a meta-analysis with a focus on non-Western populations. *Nat. Mental Health*. 2025. Vol. 3. P. 1616–1632. URL: <https://doi.org/10.1038/s44220-025-00543-y> (date of access: 17.12.2025).
21. Boal A. *Theatre of the oppressed* / A. Charles, M. L. McBride, trans. New York : Urizen Books, 1979. URL: <https://surl.li/gxflwv> (date of access: 17.12.2025).
22. Donato Katharine, Ferris Elizabeth. Refugee Integration in Canada, Europe, and the United States: Perspectives from Research. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*. 2020. P. 7–35. URL: https://doi.org/10.1177/0002716220943169?urlappend=%3Futm_source%3Dresearchgate.net%26utm_medium%3Darticle (date of access: 17.12.2025).
23. Elkarif T., Orkibi H., Keisari S. Tele-drama therapy for community dwelling older adults with constricted life-space mobility: a randomized controlled trial. *The Journal of Positive Psychology*. 2025. Vol. 20, № 6. P. 1015–1030. URL: <https://doi.org/10.1080/17439760.2024.2427581> (date of access: 17.12.2025).
24. Etmanski C. Augusto Boal. *The SAGE Encyclopedia of Action Research* / D. Coghlan, M. Brydon-Miller, eds. 2014. P. 80–82. URL: https://www.researchgate.net/publication/292997120_Augusto_Boal (date of access: 17.12.2025).
25. Fernández-Aguayo Sara, Pino-Juste Margarita. Sustainable Health and Wellness: Effectiveness of a Drama Therapy Program to Improve the Wellbeing of People Affected by Mental Health Decline. *Sustainability*. 2023. Vol. 15. 12485. URL: https://doi.org/10.3390/su151612485?urlappend=%3Futm_source%3Dresearchgate.net%26utm_medium%3Darticle (date of access: 17.12.2025).
26. Jennings Sue. *Dramatherapy and Social Theatre*. Routledge, 2009. 220 p. URL: <https://surl.li/mcwlvxv> (date of access: 17.12.2025).
27. Johnson David Reed, Lubin Hadar. *Trauma-Centered Group Psychotherapy for Women: A Clinician's Manual*. Taylor & Francis, 2008. 180 p. URL: <https://surl.lt/hazgml> (date of access: 17.12.2025).
28. King Elisabeth. Memory Controversies in Post-Genocide Rwanda: Implications for Peacebuilding. *Genocide Studies and Prevention*. 2010. Vol. 5. P. 293–309. URL: <https://doi.org/10.1353/gsp.2010.0013> (date of access: 17.12.2025).
29. Korobko Margaryta. Theater as a cultural institution. *Ukrainian cultural studies*. 2025. Vol. 1, № 16. P. 56–60. URL: [https://doi.org/10.17721/UCS.2025.1\(16\).08](https://doi.org/10.17721/UCS.2025.1(16).08) (date of access: 17.12.2025).
30. Landy R.J. Drama as a means of preventing post-traumatic stress following trauma within a community. *Journal of Applied Arts and Health*. 2010. Vol. 1, № 1. P. 7–18. URL: <https://doi.org/10.1386/jaah.1.1.7/1> (date of access: 17.12.2025).
31. Lin L.W., Lu Y.H., Chang T.H., Yeh S.H. Effects of Drama Therapy on Depressive Symptoms, Attention, and Quality of Life in Patients With Dementia. *J Nurs Res*. 2021. Vol. 30, № 1. e188. URL: <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000468> (date of access: 17.12.2025).
32. Luchaninova O., Pylypchuk Y. Israeli experience in the rehabilitation of military veterans for the training system of military psychologists in Ukraine. *Education: Modern Discourses*. 2024. Vol. 7. P. 132–140. URL: <https://doi.org/10.37472/2617-3107-2024-7-13> (date of access: 17.12.2025).
33. Mayor C., Sajnani N. Conceptualizing a Public and Collective Therapeutic Theatre (PACTT): An analysis of Everything is Not Going to Be Ok performance festival. *The Arts in Psychotherapy*. 2025. Vol. 93. 102261. URL: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2025.102261> (date of access: 17.12.2025).
34. Moreno J.L. *Psychodrama*. Vol. 1. Beacon House, 1946. URL: <https://archive.org/details/psychodrama0000more/page/n3/mode/2up> (date of access: 17.12.2025).
35. Reisman Michael. The Potential of Drama Therapy in Ukraine During Wartime. *Art Research of Ukraine*. 2024. URL: <https://doi.org/10.31500/2309-8155.24.2024.318914> (date of access: 17.12.2025).

REFERENCES

1. Breusenko-Kuznietsov O.A. (2013) Sotsialna vidpovidalnist i problema pryrodnychonaukovykh yii peredumov. [Social responsibility and the problem of its natural science prerequisites] *Visnyk Natsionalnoho tekhnichnoho universytetu Ukrainy «KPI»*. *Filosofia. Psykholohiia. Pedahohika*, 2 (38), 27–28. <https://surl.li/wnyfwv> [in Ukrainian].
2. Holovatiuk V. (2025) Reabilitatsiini mozhlyvosti teatralnoi diialnosti v zakladi osvity: na prykladi teatralnoi studii KZ «NVK «Shkola humanitarnoi pratsi» Khersonskoi oblasnoi rady. [Rehabilitation possibilities of theatrical activity in an educational institution: on the example of the theater studio of the Municipal Institution "Educational Complex "School of Humanitarian Labor" of the Kherson Regional Council] *Ukrainskyi Pedahohichnyi zhurnal*, 1, 149–157. <https://doi.org/10.32405/2411-1317-2025-1-149-157> [in Ukrainian].
3. Hornostai P.P. (2018) Kolektyvna travma yak problema sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. [Collective trauma as a problem of social and political psychology] *Problemy politychnoi psykholohii*, 7 (21), 54–68. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734751/1/Gorn2018-2.pdf> [in Ukrainian].
4. Hromadska orhanizatsiia «Teatr zmin». (n.d.) [Public organization "Theater of Changes"] <https://teatrzmyn.org.ua/> [in Ukrainian].
5. Ministerstvo z pytan reintehratsii tymchasovo okupovanykh terytorii Ukrainy. (n.d.) [Ministry for Reintegration of Temporarily Occupied Territories of Ukraine] <https://surl.lu/mjsgkm> [in Ukrainian].

6. Ministerstvo rozvytku hromad ta terytorii Ukrainy. (n.d.) [Ministry of Development of Communities and Territories of Ukraine] <https://mindev.gov.ua/> [in Ukrainian].
7. Ministerstvo u spravakh veteraniv Ukrainy. (n.d.) [Ministry of Veterans Affairs of Ukraine] <https://mva.gov.ua/> [in Ukrainian].
8. Monitorynhova misiia z prav liudyny v Ukraini. (n.d.) [Human Rights Monitoring Mission in Ukraine] <https://ukraine.ohchr.org/uk> [in Ukrainian].
9. Pleibek-teatr. (n.d.) [Playback theater] <https://www.instagram.com/art.playback/p/DQT40qZjcD7/> [in Ukrainian].
10. Prohrama pidtrymky i rozvytku teatralnogo ta muzychnoho mystetstva Kyivskoi oblasti na 2022–2024 roky. (n.d.) [Program for the support and development of theater and music art of Kyiv region for 2022–2024] <https://surl.it/cmhmuz> [in Ukrainian].
11. Romanchyshyn V. (2025) Bezbariernist ta inkluzyvnist ukraïnskykh teatriv: sotsiokulturnyi aspekt. [Accessibility and inclusiveness of Ukrainian theaters: socio-cultural aspect] *Naukovyi visnyk Kyivskoho natsionalnogo universytetu teatru, kino i telebachennia imeni I. K. Karpenka-Karoho*, 25–29. <https://doi.org/10.34026/1997-4264.36.2025.332752> [in Ukrainian].
12. Savinov V.V. (2015) Vplyv pleibek-teatru na osobystist, shcho Perezhyvaie naslidky travmatychnykh podii. [The influence of playback theater on a person experiencing the consequences of traumatic events] *Psykhologichna dopomoha osobystosti, shcho Perezhyvaie naslidky travmatychnykh podii : zbirnyk statei / pid nauk. red. T.M. Tytarenko*. Kyiv : Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykhologii NAPN Ukrainy, 133–144. <https://surl.li/ymlfids> [in Ukrainian].
13. Savinov V. (2025) Sotsialno-terapevtychnyi vektor pleibek-teatralnoi podii. [The socio-therapeutic vector of the playback theater event] *Prostir arterapii: vektory ztsilennia u chasy viiny : materialy KhKhII Mizhnarodnoi mizhdystyplinarnoi naukovopraktychnoi konferentsii*, m. Kyiv, 21–23 bereznia 2025 r. / za nauk. red. O.L. Voznesenskoï, L.O. Podkorytovoi. Kyiv : Talkom, 89–95. <https://surl.it/xqinyl> [in Ukrainian].
14. Speizer V.M., Speizer F. (2025) Pomiakshchennia kolektyvnoi travmy za dopomohoiu mystetstva. [Mitigation of collective trauma through art] *Prostir arterapii: vektory ztsilennia u chasy viiny : materialy KhKhII Mizhnarodnoi mizhdystyplinarnoi naukovopraktychnoi konferentsii*, m. Kyiv, 21–23 bereznia 2025 r. / za nauk. red. O.L. Voznesenskoï, L.O. Podkorytovoi. Kyiv : Talkom, 102–104. <https://surl.li/wmhkik> [in Ukrainian].
15. Terapiia mystetstvom «Teatr nezlamnykh». (n.d.) [Art therapy "Theater of the Unbroken"] <https://unbroken.org.ua/ua/projects/terapi-ya-miste-cz-tvom-teatr> [in Ukrainian].
16. Ukraina – Zvit pro vnutrishnie peremishchennia naseleennia v Ukraini – Opytuvannia zahalnoho naseleennia – Raund 21 – zhovten 2025 roku. (2025) [Ukraine – Report on Internal Displacement in Ukraine – General Population Survey – Round 21 – October 2025] *The Displacement Tracking Matrix (DTM)*. <https://surl.li/rhfaqa> [in Ukrainian].
17. Frankova I., Chaban O., Petrenko H., Tokarchuk A. (2023) Kolektyvna travma naseleennia Ukrainy: realii, perspektyvy ta mozhlyvist doslidzhennia transgeneratsiinoho aspektu. [Collective trauma of the population of Ukraine: realities, prospects and the possibility of studying the transgenerational aspect] *PMGP*, 8 (3). <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/442> [in Ukrainian].
18. Yurydychna hazeta. (n.d.) [Legal newspaper] <https://surl.lu/iqeooog> [in Ukrainian].
19. Anichebe O., Anibueze A.U., Anum V., Ohaja E.U., Ezeugwu C.A., Obasi N.T., Onogwu E.O., Gever V.C. (2024) Effectiveness of drama and music therapies as health communication interventions for reducing anxiety and posttraumatic disorders among children-victims of flood. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 57, 101890. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2024.101890>
20. Applewhite B., Delattre B., Singh I. et al. (2025) Creative arts-based interventions for the improvement of PTSD symptoms in young people: a meta-analysis with a focus on non-Western populations. *Nat. Mental Health*, 3, 1616–1632. <https://doi.org/10.1038/s44220-025-00543-y>
21. Boal A. (1979) *Theatre of the oppressed* / A. Charles, M.L. McBride, trans. New York : Urizen Books. <https://surl.li/gxflwv>
22. Donato K., Ferris E. (2020) Refugee Integration in Canada, Europe, and the United States: Perspectives from Research. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 7–35. https://doi.org/10.1177/0002716220943169?urlappend=%3Futm_source%3Dresearchgate.net%26utm_medium%3Darticle
23. Elkarif T., Orkibi H., Keisari S. (2025) Tele-drama therapy for community dwelling older adults with constricted life-space mobility: a randomized controlled trial. *The Journal of Positive Psychology*, 20 (6), 1015–1030. <https://doi.org/10.1080/17439760.2024.2427581>
24. Etmanski C. (2014) Augusto Boal. *The SAGE Encyclopedia of Action Research* / D. Coghlan, M. Brydon-Miller, eds., 80–82. https://www.researchgate.net/publication/292997120_Augusto_Boal
25. Fernández-Aguayo S., Pino-Juste M. (2023) Sustainable Health and Wellness: Effectiveness of a Drama Therapy Program to Improve the Wellbeing of People Affected by Mental Health Decline. *Sustainability*, 15, 12485. https://doi.org/10.3390/su151612485?urlappend=%3Futm_source%3Dresearchgate.net%26utm_medium%3Darticle
26. Jennings S. (2009) *Dramatherapy and Social Theatre*. Routledge. <https://surl.li/mcwlxv>
27. Johnson D.R., Lubin H. (2008) *Trauma-Centered Group Psychotherapy for Women: A Clinician's Manual*. Taylor & Francis. <https://surl.it/hazgml>
28. King E. (2010) Memory Controversies in Post-Genocide Rwanda: Implications for Peacebuilding. *Genocide Studies and Prevention*, 5, 293–309. <https://doi.org/10.1353/gsp.2010.0013>
29. Korobko M. (2025) Theater as a cultural institution. *Ukrainian cultural studies*, 1 (16), 56–60. [https://doi.org/10.17721/UCS.2025.1\(16\).08](https://doi.org/10.17721/UCS.2025.1(16).08)

30. Landy R.J. (2010) Drama as a means of preventing post-traumatic stress following trauma within a community. *Journal of Applied Arts and Health*, 1 (1), 7–18. <https://doi.org/10.1386/jaah.1.1.7/1>
31. Lin L.W., Lu Y.H., Chang T.H., Yeh S.H. (2021) Effects of Drama Therapy on Depressive Symptoms, Attention, and Quality of Life in Patients With Dementia. *J Nurs Res*, 30 (1), e188. <https://doi.org/10.1097/jnr.0000000000000468>
32. Luchaninova O., Pylypchuk Y. (2024) Israeli experience in the rehabilitation of military veterans for the training system of military psychologists in Ukraine. *Education: Modern Discourses*, 7, 132–140. <https://doi.org/10.37472/2617-3107-2024-7-13>
33. Mayor C., Sajjani N. (2025) Conceptualizing a Public and Collective Therapeutic Theatre (ПАСТТ): An analysis of Everything is Not Going to Be Ok performance festival. *The Arts in Psychotherapy*, 93, 102261. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2025.102261>
34. Moreno J.L. (1946) *Psychodrama*. Vol. 1. Beacon House. <https://archive.org/details/psychodrama0000more/page/n3/mode/2up>
35. Reisman M. (2024) The Potential of Drama Therapy in Ukraine During Wartime. *Art Research of Ukraine*. <https://doi.org/10.31500/2309-8155.24.2024.318914>

Дата першого надходження рукопису до видання: 28.11.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 19.12.2025

Дата публікації: 31.12.2025