

ЗАСТОСУВАННЯ ТІЛЕСНО-ОРІЄНТОВАНОЇ ТЕРАПІЇ У ВОДІ В СТИЛІ АРТТЕРАПІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Стадник Володимир,

ORCID: 0009-0009-5077-2993

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України,
член ВГО «Арттерапевтична асоціація» (Київ)*

APPLICATION OF BODY-ORIENTED THERAPY IN WATER IN THE STYLE OF ART THERAPY FOR CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Stadnyk Volodymyr,

ORCID: 0009-0009-5077-2993

*candidate of Psychological Sciences,
Senior Researcher Institute of Social and Political
Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,
member of the All-Ukrainian NGO «Art Therapy Association» (Kyiv)*

Статтю присвячено дослідженню ефективності тілесно-орієнтованої терапії у воді, поєднаної з елементами арттерапії, для роботи з дітьми з особливими освітніми потребами (розлади аутистичного спектру, церебральний параліч, розлад дефіциту уваги з гіперактивністю). На основі аналізу міжнародних та вітчизняних досліджень розглянуто психофізіологічні механізми впливу водного середовища на розвиток моторики, сенсорну інтеграцію та емоційну регуляцію дітей. Аргументовано, що вода як полісенсорне середовище створює оптимальні умови для нейропластичності, розвитку контролю над власним тілом та творчого самовираження. Культурно адаптовані програми водної арттерапії мають особливе значення для дітей з посттравматичним стресом у контексті військового конфлікту в Україні. Запропоновано міждисциплінарний підхід до організації та реалізації водної арттерапії, який передбачає співпрацю психологів, фізіотерапевтів, арттерапевтів і педагогів. У практичній площині поєднання рухової терапії у воді з елементами арттерапії може стати важливим компонентом комплексної підтримки дітей з особливими освітніми потребами, оскільки поєднує рухову активність і творчість, що позитивно впливає на їх загальний розвиток. Водне середовище забезпечує безпечні умови для рухів, які можуть бути складними в інших обставинах, а елементи арттерапії сприяють емоційному вираженню і зниженню рівня тривожності. Такий підхід дозволяє адаптувати інтервенції під індивідуальні потреби та потенційні можливості дітей, стимулюючи не лише фізичні, а й психологічні ресурси. Враховуючи



соціокультурні особливості та контекст військового конфлікту, рухова терапія у воді з елементами арттерапії може також виступати як засіб укріплення психологічної стійкості та розвитку навичок подолання стресових ситуацій. Отже, визначено перспективи подальших досліджень та застосування цього підходу у реабілітаційних, інклюзивних та освітніх напрямках.

Ключові слова: водна терапія, арттерапія, тілесно орієнтована терапія, діти з особливими освітніми потребами, розлади аутистичного спектру, церебральний параліч, РДУГ, психокорекція, емоційна регуляція, сенсорна інтеграція, нейропластичність, реабілітація, культурна адаптація.

The article is devoted to researching the effectiveness of body-oriented therapy in water, combined with elements of art therapy, for working with children with special educational needs (autistic spectrum disorders, cerebral palsy, attention deficit hyperactivity disorder). The purpose of the article is to highlight the theoretical and empirical foundations of the combination of aquatherapy and arttherapy, to present methodical approaches to implementation and to reveal the prospects for its use in Ukraine. Based on the analysis of international and domestic research, the psychophysiological mechanisms of the influence of the aquatic environment on the development of motor skills, sensory integration and emotional regulation of children are considered. It is argued that water as a polysensory environment creates optimal conditions for neuroplasticity, development of control over one's own body and creative self-expression. Culturally adapted aquatic art therapy programs are of particular importance for children with post-traumatic stress in the context of the military conflict in Ukraine. An interdisciplinary approach to the organization and implementation of water art therapy is proposed, which involves the cooperation of psychologists, physiotherapists, art therapists and teachers. On a practical level, the combination of movement therapy in water with elements of art therapy can become an important component of comprehensive support for children with special educational needs, as it combines movement activity and creativity, which positively affects their overall development. The water environment provides safe conditions for movements that may be difficult in other circumstances, and the elements of art therapy contribute to emotional expression and reduce the level of anxiety. This approach makes it possible to adapt interventions to the individual needs and potential capabilities of children, stimulating not only physical, but also psychological resources. Taking into account the socio-cultural features and the context of the military conflict, movement therapy in water with elements of art therapy can also act as a means of strengthening psychological stability and developing skills to overcome stressful situations. Therefore, the prospects for further research and application of this approach in rehabilitation, inclusive and educational directions are defined.



Keywords: aquatic therapy, art therapy, body-oriented therapy, children with special educational needs, autism spectrum, cerebral palsy, ADHD, psycho correction, emotional regulation, sensory integration, neuroplasticity, rehabilitation, cultural adaptation.

Проблема. Численні виклики, що постають перед фахівцями у галузі спеціальної психології та педагогіки, потребують розробки інноваційних підходів до реабілітації та психокорекції дітей з особливими освітніми потребами (далі ООП). Діти з розладами аутистичного спектру (РАС), церебральним паралічем (ДЦП) та розладом дефіциту уваги й гіперактивністю (РДУГ) часто мають затримки і вади моторного розвитку, складнощі у сенсорній обробці інформації, емоційній саморегуляції та соціальній адаптації. Стандартні методики реабілітації не завжди повністю задовольняють потреби дітей з ООП, особливо тих, які мають травмівний досвід. В Україні це питання набуває ще більшої актуальності в умовах воєнного конфлікту, коли багато дітей потребують комплексної психологічної підтримки. Вода як терапевтичне середовище давно визнається ефективним інструментом фізичної реабілітації. Однак систематичне поєднання акватерапії з елементами арттерапії в контексті комплексної психокорекції дітей з ООП все ще залишається недостатньо дослідженою галуззю та практично не впроваджується в українських реаліях.

Мета статті – висвітлити теоретичні та емпіричні основи поєднання акватерапії та арттерапії для дітей з ООП.

Завданнями є: здійснити аналіз теоретичних та емпіричних основ тілесно-орієнтованої терапії у воді в контексті арттерапевтичної практики; представити методичні підходи до організації та реалізації рухової терапії у воді з елементами арттерапії для дітей з ООП; розкрити механізми психотерапевтичного впливу інтеграції означених підходів; висвітлити вітчизняний досвід впровадження культурно адаптованих програм реабілітаційної та арттерапевтичної роботи, окреслити перспективи їх подальшого розвитку в Україні.

Теорія сенсорної інтеграції А. Дж. Айрес підкреслює важливість організованої мультиканальної стимуляції для розвитку адаптивної поведінки [1, с. 30]. Авторка визначила п'ять основних положень своєї теорії.

1. Сенсорна інтеграція – це процес, у якому центральна нервова система приймає, розпізнає, організовує й інтегрує інформацію, що надходить з різних сенсорних систем (вестибулярної, пропріоцептивної, тактильної, зорової, слухової, нюхової). Цей процес є основою для формування адаптивної поведінки дитини.



2. Сенсорна інтеграція відбувається поступово у чотири стадії, які відображають нормальний розвиток дитини: від базового відчуття власного тіла і володіння рухами, через зорово-моторну координацію, до формування складних адаптивних реакцій і взаємодії з навколишнім середовищем.

3. Розвинена сенсорна інтеграція забезпечує ефективне функціонування в середовищі, здатність планувати свої дії, продуктивно взаємодіяти з оточенням і адаптуватися до змін.

4. Порушення сенсорної інтеграції призводять до проблем розвитку моторики, поведінки, навчання і соціальної взаємодії. Тому терапія, спрямована на покращення сенсорної інтеграції, базується на організованій мультиканальній стимуляції, що допомагає формувати адаптивні реакції.

5. Сенсорна інтеграція є фундаментом цілісного розвитку дитини, а її покращення сприяє формуванню стійких навичок, які підтримують подальше навчання та соціальну адаптацію. Основна мета терапії – допомогти дитині краще долучатися до навчального процесу і повсякденного життя.

Вода як полісенсорне середовище забезпечує тактильну, пропріоцептивну (внутрішніх рецепторів) й вестибулярну стимуляцію одночасно, що сприяє інтеграції цих систем й удосконаленню тілесної схеми, тобто явлення дитини про своє власне тіло, його форму, розміри, положення та взаємозв'язки частин тіла одна з одною у просторі.

Дослідники підкреслюють, що акцент у водній терапії слід робити на поєднанні рухової активності з творчими експериментами у сфері арттерапії, що дає змогу розвивати не лише фізичні навички, а й соціальну взаємодію, мовлення та емоційну регуляцію [2; 3]. Практична реалізація таких програм потребує комплексного міждисциплінарного підходу за участю психологів, фізіотерапевтів, арттерапевтів та соціальних працівників. Систематичний огляд К. Хосокава та колег показує, що водна терапія та плавання сприяють багатосторонньому розвитку дітей з РАС та РДУГ [2]. Аналіз біля 40 досліджень підтверджує, що програми водної терапії мають позитивний вплив на рухові навички, когнітивні функції та соціально-емоційний розвиток [2, с. 86].

Робота П. вант Хофт зі співавторами підсумовує дослідження щодо впливу водних інтервенцій (плавання, гідротерапія) на покращення моторних навичок та соціальної поведінки у дітей з розладами аутистичного спектру [3]. Було проведено систематичний огляд і метааналіз рандомізованих контрольованих та когортних досліджень



роботи з дітьми віком 2-14 років із РАС. Метою цього систематичного огляду було дослідження характеристик та ефективності водних інтервенцій для поліпшення моторних і соціальних навичок у дітей з РАС. Діти з розладом аутистичного спектру часто мають моторні порушення, які негативно впливають на їхню фізичну активність та соціальну взаємодію. Дослідники припустили, що властивості води можуть слугувати ефективним засобом для розвитку як рухових, так і комунікативних навичок у цієї групи дітей. Систематичний огляд включав пошук у шести наукових базах даних досліджень, проведених між 2000 та 2023 роками. Остаточний вибір охопив 19 інтервенційних досліджень, у яких брали участь 429 дітей віком від 3 до 17 років із діагностованим РАС. Для оцінки результатів було використано методи найкращого синтезу доказів (best evidence synthesis) та метаналізу. Згідно результатів, застосування вправ у воді сприяє покращенню адаптації моторики до водного середовища та соціальних функцій дітей з аутизмом. Результати систематичного огляду продемонстрували:

1. Покращення моторних навичок: водні інтервенції значно сприяли розвитку моторної адаптації дітей до водного середовища та поліпшенню загальних фізичних навичок.

2. Розвиток соціальних функцій: мовлення, взаємодія з однолітками та комунікативні навички суттєво покращилися у дітей з РАС після участі в програмах водних інтервенцій.

3. Зниження аутистичної поведінки – програми, що поєднували роботу фахівців з поведінки з розвитком навичок плавання, показали статистично значуще зменшення стереотипної та проблемної поведінки.

4. Рівень доказовості – синтез результатів вказав на помірний рівень доказовості щодо ефективності водних методів для моторного та соціального розвитку дітей з РАС.

В цілому, дослідження довело, що найбільш ефективними є водні інтервенції, у яких задіяно комбіновану команду фахівців, включаючи спеціалістів з поведінкової корекції (поведінкові терапевти, психологи) та інструкторів з плавання та гідротерапії. Це комплексне втручання забезпечило кращі результати, порівняно з однобічними підходами.

В українському контексті розвиток програм рухової терапії у воді з елементами арттерапії має важливе значення для роботи з дітьми, які пережили травматичний досвід військового конфлікту. Культурно адаптовані програми, розроблені з урахуванням особливостей українського суспільства і традицій, можуть стати важливим інструментом психосоціальної реабілітації та сприяти відновленню психологічного благополуччя молоді.



В українській практиці значення образного супроводу занять у воді як з дітьми, так і з вагітними, активно підкреслюють Т. Азаренко та О. Пилипко [4]. Цей образний супровід відбувається у вигляді віршів, які розшифровують зміст вправ батькам і дітям. Такі вірші, власне, є складовою бібліотерапії, класичного різновиду арттерапії. Якщо розглядати заняття для дітей з ООП, то слід зазначити, що важливими стають окремі елементи такого підходу, зокрема, ритм промовляння вірша ведучим добре вловлюється дітьми з РАС, а також дітьми з ДЦП та синдромом Дауна. Крім того, казкові сюжети, які задаються в таких віршах, є елементами казкотерапії. Але постає питання усвідомленого використання таких елементів, адже, як правило, тренери з плавання та реабілітологи не часто проходять спеціалізоване навчання з арттерапії. Наразі це може бути компенсовано короткотерміновими навчальними програмами, які ознайомлюють з основами арттерапевтичного підходу.

Повертаючись до формалізованих характеристик поєднання рухової терапії у воді з арттерапією, слід зазначити, що для дітей з РАС водна арттерапія має особливе значення через часто виражену у них сенсорну дисрегуляцію та труднощі в соціальній комунікації [3; 5; 6]. Вода надає контрольовану й передбачувану сенсорну стимуляцію, що допомагає дітям з РАС почуватися більш комфортно й впевнено. Арттерапевтичні техніки, такі як малювання на воді з дотриманням чітких послідовностей й структури, можуть бути адаптовані до потреб дитини. Зокрема, у власній практиці ми використовуємо малювання на мокрому кахелі бортів басейну. Це додає дитині додаткового змістового елементу занять у воді: не просто переплисти басейн, а переплисти для того, щоб намалювати зображення якоїсь тварини або наліпити аплікацію з плексики (тонкої плівки з пластику або резини) і розвинути певний сюжет. Групові сесії у воді сприяють розвитку навичок спільної уваги, наслідування й соціального обміну, які часто є найбільшими викликами для дітей з РАС.

Для дітей з ДЦП основна цінність водної терапії полягає у можливості виконувати рухи з меншим навантаженням від гравітації й меншою спастичністю, що допомагає їм досягти якісно нових рівнів моторного контролю [7]. Арттерапевтичні компоненти додають мотиваційний і емоційний виміри до суто фізичної реабілітації. Також тут використовується поняття площин руху Р. Лабана, яке активно застосовується в танцювально-руховій терапії. Цей підхід допомагає відшукувати такі положення тіла, де дитина найкраще відчуває і зберігає



рівновагу за допомогою допоміжних засобів, а потім цей досвід поступово переноситься на інші положення тіла [8]. Для такої роботи в своїй практиці використовуємо образи: коня, черепахи, риби, дракона, русалки. Комбінація фізіотерапевтичних технік (напр., розтягування м'язів, зміцнення) з творчими активностями робить процес реабілітації для дітей більш привабливим й ефективним.

Для дітей з РДУГ водна арттерапія особливо ефективна як засіб регуляції активзації й розвитку виконавчих функцій [3]. Вода, завдяки своїм розслабляючим властивостям, сприяє зниженню гіперактивності й підвищенню концентрації уваги, що помітно вже під час перших занять. Структурована творча діяльність у воді дає дітям з РДУГ змогу практикувати навички саморегуляції, планування й послідовного виконання завдань у менш загрозливому й більш привабливому форматі, ніж традиційні поведінкові втручання. Групові сесії також розвивають соціальні навички та впевненість.

Ще одним перспективним напрямом є інтеграція віртуальної реальності (VR) з водною арттерапією, що може сприяти поліпшенню мотивації, особливо для дітей з РАС, які часто мають посилений інтерес до технологій. Деякі експериментальні програми використовують водонепроникні VR-окуляри з екранами, які проєктують інтерактивні середовища, змінюючись відповідно до рухів дитини у воді [9].

Стосовно міждисциплінарного підходу до організації та реалізації програм рухової терапії у воді з елементами арттерапії слід зазначити, що ефективна реалізація програм водної арттерапії для дітей з особливими потребами вимагає міждисциплінарного підходу, який передбачає співпрацю різних фахівців. Реабілітаційна команда має включати психолога, фізичного терапевта, ерготерапевта, спеціалізованого арттерапевта, логопеда і педагога, які працюють як єдина система задля забезпечення комплексної, координованої допомоги дитині.

Психолог у міждисциплінарній реабілітаційній команді відіграє потенційну роль у психоемоційній підтримці дитини, оцінці її психічного стану та розробці індивідуалізованої психокорекційної програми. Фізичний терапевт зосереджується на відновленні моторних функцій, розвитку рухових навичок та оптимізації роботи нервово-м'язової системи у водному середовищі. Арттерапевт забезпечує творчі елементи програми, інтегруючи мистецтво в терапевтичний процес, допомагаючи дітям висловлювати емоції та обробляти переживання через творчу діяльність. Педагог здійснює адаптацію навчальних матеріалів та методик до потреб дитини з особливостями розвитку. Однак також



ми маємо можливість поєднувати фізичну терапію у воді з елементами арттерапії, що слугує додатковим ресурсом для покращення ситуації.

В подібних ситуаціях разом зі стандартизованими інструментами важливо збирати якісні дані через напівструктуровані інтерв'ю з дітьми, батьками й фахівцями, спостереження за процесом занять, аналіз творчих робіт дітей [7]. Такі дані часто більше розкривають механізми змін й суб'єктивний досвід, ніж суто кількісні показники.

Деякі дослідники використовують метод фотографії й відеозапису для аналізу змін у постурі, виразі обличчя й характері рухів дитини протягом курсу терапії [7]. Такі матеріали також цінні для супервізії й обговорення в команді. Діти люблять дивитися свої відеозаписи, що іноді дивує батьків. Фотографії використовуються як візуальні підказки для дитини стосовно того, яку вправу зараз робимо, яку – потім. Також перегляд світлин допомагає пояснювати техніку рухів. І знов зауважимо, що діти люблять розглядати свої фотографії в певному виді діяльності, що підсилює позитивний образ «Я» дитини і допомагає батькам побачити її ще з однієї позитивної сторони. Батьки можуть згадувати себе в дитинстві завдяки роботі з фото і відео, і таким чином краще будувати діалог з дитиною стосовно процесу її розвитку.

Залучення батьків у процес терапії підвищує ефективність та стійкість результатів. Рекомендується проводити регулярні консультації з батьками, навчати їх адаптованим технікам, які вони можуть використовувати дома, й сприяти розвитку позитивних взаємостосунків батьки-дитина навколо рухової й творчої діяльності. Деякі програми передбачають залучення батьків безпосередньо до занять, що не лише посилює терапевтичний ефект, а й створює сімейні спогади й позитивні асоціації з цією активністю.

Міждисциплінарна командна робота в реабілітації ефективніше покращує функціональні результати, ніж монодисциплінарні підходи. Скоординована робота різних фахівців дає змогу уникнути дублювання зусиль, забезпечити цілісний погляд на потреби дитини та максимально ефективно використовувати терапевтичний потенціал кожної методики.

Однак за відсутності можливості збирати таку команду або вибудовувати її реальну комунікацію, можливе спілкування спеціалістів онлайн, а також, як допоміжний варіант, навчання спеціалістів з фізичної реабілітації елементам арттерапії і, навпаки, навчання арттерапевтів окремим елементам фізичної реабілітації, які можливо застосовувати в їх роботі.



Особливо корисне таке поєднання, з власної практики, в умовні періоди «ступору» розвитку, коли прогрес у жодному з напрямків не спостерігається. Тоді на допомогу приходить використання фізичної реабілітації у вигляді елементів танцювальної терапії, казкотерапії, евритмії тощо.

Роблячи висновки, можна сказати, що тілесно-орієнтована терапія у воді, інтегрована з елементами арттерапії, становить інноваційний, багатовимірний та науково обґрунтований підхід до психокорекції та реабілітації дітей з особливими освітніми потребами. Накопичені емпіричні дані міжнародних і вітчизняних досліджень демонструють статистично значимі покращення в моторних навичках, координації рухів, емоційній регуляції, поведінці та якості життя дітей з РАС, ДЦП і РДУГ. Вода як унікальне фізичне середовище поєднує розслаблюючі, тонізуючі й мульти-сенсорно стимулюючі властивості, що сприяють розвитку нейропластичності, контролю власного тіла, емоційної стабільності й творчої самореалізації. Арттерапевтичні компоненти додають творчий, експресивний та символічний виміри, які дають дітям змогу вивільняти затримані емоції, розвивати самостійність і переживати психологічне зростання. Особливо значущим такий підхід є в Україні, де військовий конфлікт створив безпрецедентні виклики для психологічного здоров'я дітей. Культурно адаптовані програми водної арттерапії, розроблені вітчизняними фахівцями, показують переконливий потенціал у зменшенні посттравматичного стресу й формуванні стійкості завдяки поєднанню традиційних культурних елементів, тілесної свідомості й творчого самовираження.

Зазначений підхід є перспективною гуманістичною практикою, що потребує подальшої наукової розробки, професійної підготовки й системної інтеграції для її поширення з метою ефективного впливу на психофізичне здоров'я, якість життя та соціальну інтеграцію дітей з ООП в сучасній Україні.

Література:

1. Айрес Е. Дж., Роббінс Д. Дитина і сенсорна інтеграція. Розуміння прихованих проблем / пер. з англ. Р. Бурлака. Київ : Вид-во Ростислава Бурлаки, 2024. 266 с.
2. Hosokawa K., Yano N., Sumimoto A. Scoping Review of Swimming and Aquatic Exercise Intervention Studies for Autism Spectrum Disorder and Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. *International Journal of Sport and Health Science*. 2024. T. 22. С. 86–96.
3. Van't Hooft P., Moeijes J., Hartman C., van Busschbach J., Hartman E. Aquatic interventions to improve motor and social functioning in children with autism spectrum disorder: A systematic review : препринт. *Review Journal of Autism and Developmental Disorders*. 2024. 22 p.



4. Азаренко Т. Д., Пилипко О. О. Формування навичок плавання у дітей до 3-х років на основному етапі навчання за програмою «Як рибка у воді». *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2024. Т. 17, № 36. С. 7–20.
5. Kern L., Koegel R. L., Dunlap G. The influence of vigorous versus mild exercise on autistic stereotyped behaviors. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 1984. Vol. 14, No. 1. P. 57–67.
6. Güeita-Rodríguez J., Ogonowska-Slodownik A., Morgulec-Adamowicz N., Martín-Prades M. L., Cuenca-Zaldívar J. N., Palacios-Ceña D. Effects of Aquatic Therapy for Children with Autism Spectrum Disorder on Social Competence and Quality of Life: A Mixed Methods Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18, No. 6. P. 1–17. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18063126>.
7. Malchiodi C. A. Art therapy and health care. New York : Guilford Press, 2012. 280 p.
8. Laban R. The Mastery of Movement. 3rd ed. / revised and enlarged by Lisa Ullmann. London : Macdonald & Evans, 1971. 190 p.
9. Sinnott C. B., Liu J., Matera C., Halow S., Jones A. E., Moroz M., Mulligan J., Crognale M. A., Folmer E., MacNeillage P. R. Underwater Virtual Reality System for Neutral Buoyancy Training. *Development and Evaluation* : 25th ACM Symposium on Virtual Reality Software and Technology (VRST '19), Nov 12–15, 2019. Parramatta, NSW, Australia. New York : ACM, 2019. P. 1-9/ DOI: <https://doi.org/10.1145/3359996.3364272>.

