

УДК 159.9

# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРИМЕНЕНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМОЙ В СТРУКТУРНО-УРОВНЕВОЙ МОДЕЛИ ЛИЧНОСТИ

О.О. Андронникова (Новосибирск, Россия)

## Аннотация

*Постановка проблемы.* Современные исследования психической травмы показывают, что травматический опыт нередко сохраняется не только в форме повествовательной памяти, но и в виде сенсорных, телесных, аффективных и фрагментированных репрезентаций, затрудняющих прямую вербализацию и когнитивную переработку. В этой связи возникает необходимость теоретически обосновать методы психотерапевтической помощи, способные работать не только с вербально доступным содержанием, но и с более глубокими уровнями посттравматической организации личности. Несмотря на растущий интерес к арт-терапии, ее механизмы при работе с травмой до конца не прояснены, а эмпирическая база остается неоднородной: современные обзоры и метаанализы фиксируют положительный терапевтический потенциал, но подчеркивают высокую гетерогенность исследований и необходимость более строгой операционализации механизмов воздействия.

*Цель статьи* – теоретически обосновать применение арт-терапии при переживании психической травмы в рамках структурно-уровневой модели личности и показать, каким образом механизмы арт-терапевтического воздействия соотносятся с различными уровнями посттравматической организации личности.

*Методологией* исследования выступает теоретико-методологический анализ на основе системного, структурно-уровневого и синергетического подходов. Используются методы сравнительно-аналитического обзора отечественных и зарубежных работ по психологии травмы, арт-терапии, теории травматической памяти, регуляции аффекта, идентичности и посттравматической адаптации, а также метод теоретического моделирования.

*Результаты.* Показано, что арт-терапия обладает концептуальным преимуществом в тех случаях, когда травматический опыт представлен в невербальных, телесных, образных и диссоциированных формах. Обосновано, что ее терапевтические механизмы носят многоуровневый характер. На элементном уровне арт-терапия способствует снижению гипервозбуждения, расширению окна толерантности и сенсомоторной стабилизации; на компонентном – обеспечивает символизацию и контейнирование фрагментированного опыта; на субсистемном – усиливает согласование когнитивной, эмоциональной, мотивационной и волевой регуляции; на системном – поддерживает реконструкцию идентичности, автобиографической связности и смысловой интеграции; на надсистемном – создает безопасное пространство признания, совместности и опосредованного предъявления травматического опыта в отношениях. Показано также, что в логике модели арт-терапия может способствовать ослаблению виктимного режима личностной организации за счет восстановления субъектной активности, психологических границ и способности к символической переработке травматического материала.

*Заключение.* Арт-терапия может быть рассмотрена не как вспомогательная экспрессивная техника, а как теоретически обоснованный многоуровневый метод психотерапевтической помощи при психической травме. Ее наибольшая релевантность проявляется в случаях дефицита символизации, нарушений саморегуляции, трудностей вербализации травматического опыта, кризиса идентичности, виктимной фиксации и травмы отношений. Авторский вклад состоит в интеграции современных представлений о механизмах арт-терапии с разработанной структурно-уровневой моделью личности, что позволяет уточнить место арт-терапии в системе методов работы с психической травмой.

**Ключевые слова:** психическая травма, арт-терапия, личность, структурно-уровневая модель, виктимность.

Андронникова Ольга Олеговна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1756-7682>; ПИНЦ: SPIN-код: 9118-8231; Scopus Author ID: 57193952779; e-mail: andronnikova\_69@mail.ru

**П**остановка проблемы. Психическая травма нарушает не только эмоциональное состояние человека, но и целостную организацию личности. Ее последствия затрагивают телесную регуляцию, переработку аффекта, когнитивные схемы, систему значений, идентичность и отношения с другими [Janoff-Bulman, 1992; Падун, Котельникова, 2019; Тарабрина, 2009]. В связи с этим редукция травмы к совокупности симптомов или к локальному дефициту когнитивной переработки оказывается методологически недостаточной. Более продуктивным является рассмотрение психической травмы как фактора дестабилизации личности как целостной, иерархически организованной системы, в которой нарушение на одном уровне неизбежно изменяет функционирование других уровней [Ломов, 1984; Ананьев, 2001].

Выбор системной модели в настоящем исследовании обусловлен самим характером посттравматических изменений. Травма не исчерпывается отдельными воспоминаниями, эмоциональными реакциями или нарушениями поведения. Она затрагивает согласованность телесных, аффективных, когнитивных, смысловых и реляционных процессов [Ван дер Колк, 2020; Падун, Котельникова, 2019]. Соответственно, ее последствия должны описываться не только как набор симптомов, но и как специфическая конфигурация межуровневой дезорганизации личности. В данной статье системная модель понимается как способ анализа личности через организацию взаимосвязанных уровней, образующих целостность, обеспечивающих устойчивость функционирования и включенных в постоянный обмен со средой [Ломов, 1984; Клочко, 2005]. Такое понимание позволяет анализировать травму как нарушение межуровневой координации, а психотерапию – как процесс восстановления, перестройки или компенсации этой координации.

Системная модель оказывается методологически предпочтительной по меньшей мере по трем причинам. Во-первых, она позволяет объяснить травму как нарушение межуровневой согласованности, а не как локальный дефицит

одной функции. Во-вторых, она дает возможность одновременно учитывать телесные, когнитивные, смысловые и социально-реляционные последствия травматизации. В-третьих, она делает возможным анализ не только дезорганизации, но и последующей реорганизации личности, то есть перехода к более или менее адаптивным способам посттравматического функционирования [Князева, Курдюмов, 2005; Клочко, 2005].

Особую трудность представляет то обстоятельство, что значительная часть травматического опыта сохраняется не только в форме связного повествования, но и в виде образов, телесных реакций, сенсорных фрагментов и аффективных состояний, плохо доступных прямой вербализации [Brewin, Dalgleish, Joseph, 1996; Ван дер Колк, 2020]. Это делает необходимым обоснование таких психотерапевтических подходов, которые способны работать с опытом, представленным на разных уровнях организации личности.

Одним из таких подходов является арт-терапия. Однако в научной литературе ее место в работе с психической травмой до сих пор описывается либо слишком обще – как форма безопасного самовыражения, либо слишком узко – как вспомогательный экспрессивный метод [Malchiodi, 2020; Копытин, 2014]. Между тем данные систематических обзоров и метаанализов последних лет показывают, что арт-терапия и творческие интервенции на основе искусства связаны со снижением посттравматической симптоматики, хотя доказательная база остается неоднородной и требует более точной концептуализации механизмов воздействия [Maddox et al., 2024; Wang et al., 2025; Li, Cui, Liu, 2025; Applewhite et al., 2025]. В этих условиях возникает необходимость в теоретико-методологической модели, позволяющей объяснить, почему арт-терапия может быть особенно продуктивной именно в работе с психической травмой и какие уровни посттравматической организации личности она затрагивает.

Цель статьи – теоретически обосновать применение арт-терапии при переживании психической травмы в рамках структурно-уровневой модели личности и показать, каким образом

механизмы арт-терапевтического воздействия соотносятся с различными уровнями посттравматической организации личности.

*Обзор научной литературы по проблеме.* Современные исследования в области психологии травмы показывают, что травматический опыт связан не только с переживанием сильного стресса, но и с нарушением интеграции памяти, устойчивости базовых убеждений, чувства предсказуемости мира и непрерывности собственного Я [Janoff-Bulman, 1992; Падун, Котельникова, 2019; Тарабрина, 2009]. В этой логике последствия травмы затрагивают одновременно несколько уровней психической организации: телесно-аффективный, когнитивный, идентификационный и реляционный [Ван дер Колк, 2020; Падун, Котельникова, 2019]. Именно поэтому травма все чаще рассматривается не как изолированный симптомокомплекс, а как нарушение целостной регуляции личности [Тарабрина, 2009].

Существенный вклад в понимание механизмов посттравматических нарушений внесла теория двойной репрезентации [Brewin, Dalgleish, Joseph, 1996], согласно которой травматический опыт представлен одновременно в вербально доступной и сенсорно-перцептивной системах памяти. Именно последняя теснее связана с вторжениями, фрагментацией переживания и высокой аффективной нагрузкой. Эта идея получила дальнейшее развитие в работах Б. Ван дер Колк, где подчеркивается, что травма часто сохраняется в телесно-аффективной и образной форме, предшествующей словесному осмыслению и потому с трудом поддающейся прямой вербализации [Ван дер Колк, 2020]. Сходную логику поддерживают исследования, посвященные регуляции возбуждения и «окну толерантности»: переработка травматического материала возможна лишь тогда, когда интенсивность аффекта остается совместимой с символизацией, саморегуляцией и рефлексией [Siegel, 2020].

Эти положения важны не только для понимания травмы, но и для выбора адекватной терапевтической стратегии. Если значимая часть травматического материала представлена в образной, сенсорной, телесной и диссоциированной

форме, то методы, ориентированные исключительно на словесное воспроизведение и рациональную переработку, оказываются недостаточными [Brewin, Dalgleish, Joseph, 1996; Ван дер Колк, 2020]. В этой связи усилился интерес к психотерапевтическим подходам, способным работать не только с повествовательным, но и с невербальным, символическим и телесным материалом. К таким подходам относится арт-терапия.

Теоретическая значимость арт-терапии в работе с психической травмой обосновывается несколькими взаимосвязанными положениями. Во-первых, художественная форма позволяет придавать структуру фрагментированному переживанию и тем самым создавать условия для символизации трудно вербализуемого опыта [Hass-Cohen, Findlay, 2019; Копытин, 2022]. Во-вторых, художественный процесс может обеспечивать дозированный контакт с травматическим содержанием за счет дистанции между субъектом и создаваемым образом, то есть поддерживать одновременно включенность и наблюдение [Malchiodi, 2020]. В-третьих, арт-терапия создает реляционное пространство совместности, в котором переживание может быть предъявлено, признано и удержано без прямой вторгающейся экспозиции [Malchiodi, 2020; Haeyen, Wanten, 2024]. В-четвертых, художественная деятельность включает ритм, повторяемость, материальную предсказуемость и сенсорную опору, что делает ее потенциально значимой для стабилизации возбуждения и восстановления переносимости внутреннего опыта [Siegel, 2020; Hass-Cohen, Findlay, 2019].

Эмпирические данные последних лет подтверждают перспективность арт-терапии при работе с психической травмой, но одновременно указывают на необходимость более строгой теоретической модели. В систематическом обзоре и метаанализе Г.А. Мэддокс с соавторами показано, что арт-терапия у взрослых с травматическим опытом связана со снижением симптоматики посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и сопутствующего дистресса, однако авторы подчеркивают высокую гетерогенность вмешательств и ограниченную стандартизацию

протоколов [Maddox et al., 2024]. Аналогичные выводы представлены в метаанализе Дж. Ванг с соавторами, где терапия искусством рассматривается как многообещающий, но требующий дальнейшей верификации подход к помощи взрослым с ПТСР [Wang et al., 2025]. Для детско-подростковой выборки сходные результаты приведены в обзоре З. Ли, К. Цуй, Х. Лю [Li, Cui, Liu, 2025] и в метаанализе Б. Эпплуайт с соавторами [Applewhite et al., 2025], где показано, что вмешательства, основанные на искусстве, могут способствовать снижению посттравматических проявлений, особенно в тех случаях, когда сугубо вербальные способы помощи оказываются недостаточными.

Вместе с тем анализ литературы показывает, что существующие работы чаще отвечают на вопрос о том, работает ли арт-терапия при травме, чем на вопрос о том, каким образом ее эффекты распределяются по уровням личностной организации. Недостаточно прояснено, какие именно механизмы арт-терапии обеспечивают ее эффективность при телесной дисрегуляции, фрагментации опыта, кризисе идентичности, нарушении границ и реляционной небезопасности [Maddox et al., 2024; Wang et al., 2025]. Тем самым в литературе сохраняется разрыв между данными о клинической перспективности арт-терапии и отсутствием целостной модели, объясняющей ее место в системе посттравматической реорганизации личности. Именно этот дефицит и задает исследовательскую нишу настоящей статьи.

*Методология.* Исследование выполнено как теоретико-методологический анализ, направленный на концептуализацию механизмов арт-терапии в работе с психической травмой. Методологическую основу составили: системный подход, позволяющий рассматривать личность как целостную, открытую и иерархически организованную систему, устойчивость которой обеспечивается согласованностью взаимосвязанных уровней [Ломов, 1984; Ананьев, 2001]; структурно-уровневый анализ личности, в рамках которого выделяются надсистемный, системный, субсистемный, компонентный и элементный уровни, различающиеся по степени

обобщенности, функции и типу регуляции; синергетический подход, применяемый для описания устойчивых и переходных режимов организации личности в ситуации травмы, когда сильное дестабилизирующее воздействие приводит к перестройке межуровневых связей и закреплению более или менее адаптивных способов организации опыта [Князева, Курдюмов, 2005; Ключко, 2005]; сравнительно-аналитический обзор отечественных и зарубежных исследований по психологии травмы, арт-терапии, травматической памяти, идентичности, саморегуляции и реляционной безопасности; метод теоретического моделирования, использованный для соотнесения механизмов арт-терапии с различными уровнями личностной организации.

Системная модель личности в настоящем исследовании понимается как модель, описывающая личность через организацию взаимосвязанных уровней, каждый из которых обладает собственной функцией, но не существует изолированно от других. Это означает, что последствия травмы рассматриваются не как сумма отдельных симптомов, а как нарушение межуровневой координации, приводящее к изменению устойчивого режима функционирования личности. Именно поэтому системная модель оказывается методологически более адекватной для анализа психической травмы, чем подходы, сосредоточенные только на симптоматике, только на когнициях или только на межличностных отношениях.

Материалом исследования выступили отечественные и зарубежные монографии, теоретические статьи, систематические обзоры и метаанализы, посвященные психической травме и арт-терапии. Применение данной методологии позволяет рассматривать арт-терапию не как набор частных техник, а как метод, потенциально влияющий на разные уровни организации личности и, следовательно, особенно релевантный в условиях посттравматической дезорганизации.

#### *Результаты исследования*

*Теоретические основания применения арт-терапии при психической травме.* Первое основание связано с особенностями травматической памяти. Травматический опыт может сохраняться

в невербальных, образных, телесных и аффективных формах, плохо доступных прямому словесному воспроизведению [Brewin, Dalgleish, Joseph, 1996; Ван дер Колк, 2020]. Следовательно, психотерапевтический метод, использующий образ, цвет, композицию, ритм, движение и метафору, получает доступ к таким слоям опыта, которые не всегда могут быть охвачены исключительно разговорной переработкой.

Второе основание связано с концепцией окна толерантности [Siegel, 2020]. Для переработки травматического материала необходим такой уровень активации, при котором человек способен сохранять контакт и с переживанием, и с актуальной реальностью. Арт-терапевтический процесс благодаря ритму, повторяемости, материалности и опосредованности художественной формы может способствовать удержанию клиента в более переносимом диапазоне возбуждения [Malchiodi, 2020; Hass-Cohen, Findlay, 2019].

Третье основание связано с двойным осознанием. В художественном процессе субъект одновременно соприкасается с травматическим материалом и сохраняет позицию наблюдателя, автора и интерпретатора создаваемой формы. Это делает возможным не только выражение, но и опосредование переживания [Malchiodi, 2020].

Четвертое основание связано с реляционной природой арт-терапии. Художественный объект выступает посредником между клиентом и терапевтом, создавая безопасную дистанцию и одновременно поддерживая совместность. Это особенно важно при травме привязанности, нарушении доверия, стыде и переживаниях вторжения [Боулби, 2003; Haeyen, Wanten, 2024].

Пятое основание связано с гипотезой реконсолидации памяти. Повторная активация травматического материала в новых, поддерживающих и символически опосредованных условиях может способствовать изменению его последующей интеграции в автобиографическую память [Hass-Cohen, Findlay, 2019]. Современные обзоры рассматривают этот механизм как перспективный, хотя и недостаточно эмпирически проверенный [Maddox et al., 2024].

Таким образом, теоретическое обоснование арт-терапии в работе с психической травмой опирается на представление о том, что художественная деятельность обеспечивает доступ к невербально представленному материалу, поддерживает регуляцию возбуждения, создает условия для символизации, опосредует контакт с болезненным опытом и вовлекает реляционные механизмы безопасного удерживания переживания.

#### *Арт-терапия в логике*

##### *структурно-уровневой модели личности*

1. Элементный уровень задает психофизиологическую основу личностного функционирования и включает базовые параметры реактивности, возбуждения, успокоения и восстановления. В ситуации травмы именно на этом уровне часто фиксируются гипервозбуждение, сужение окна толерантности, телесная настороженность и нарушения самоуспокоения [Siegel, 2020]. Арт-терапия воздействует здесь прежде всего через ритм, повторяемость, сенсомоторную опору, материальную предсказуемость и телесно-аффективное контейнирование опыта [Malchiodi, 2020]. Благодаря этому снижается физиологическая перегрузка, расширяется диапазон переносимого возбуждения и формируются условия для последующей символической переработки травматического материала. Следовательно, на элементном уровне арт-терапия выполняет прежде всего стабилизирующую и регулирующую функцию.

2. Компонентный уровень включает устойчивые единицы психического функционирования – образно-аффективные, когнитивные и поведенческие связки, через которые реализуется повседневное реагирование личности. При травме здесь закрепляются триггеры, вторжения, избегание, ригидные интерпретации, стыд, онемение и иные повторяющиеся паттерны реагирования [Brewin, Dalgleish, Joseph, 1996]. Арт-терапия позволяет переводить такой материал из диффузного и затапливающего состояния в оформленную и удерживаемую форму: образ, цветовую композицию, метафору, серию, ритм. Художественный продукт выполняет функцию контейнера, в котором переживание

становится различимым, ограниченным и доступным для символизации [Hass-Cohen, Findlay, 2019; Копытин, 2022]. Поэтому на компонентном уровне арт-терапия особенно релевантна при фрагментарной, образной и слабо вербализуемой представленности травматического опыта.

3. Субсистемный уровень характеризуется нарушением согласования когнитивной, эмоциональной, мотивационной и волевой регуляции. При травме эмоции могут захватывать мышление, мотивация сужается до избегания, волевая регуляция ослабевает либо становится ригидной, а когнитивная переработка приобретает фрагментарный или стереотипный характер [Падун, Котельникова, 2019; Тарабрина, 2009]. Художественный процесс интегративен по своей природе: он требует выбора, удержания задачи, эмоционального включения, регуляции темпа, завершения и последующей рефлексии [Malchiodi, 2020]. Именно поэтому арт-терапия выступает не только средством экспрессии, но и способом восстановления межподсистемной координации. Ее значение здесь состоит в повышении переносимости внутреннего опыта, в согласовании чувства, образа, действия и смысла, а также в постепенном восстановлении саморегуляции как целостной функции личности.

4. Системный уровень представляет собой ядро личностной организации, обеспечивающее идентичность, автобиографическую непрерывность и систему смыслов. При травме нарушается именно эта интегративная функция: человек сталкивается с кризисом вопроса о том, кто он после случившегося, как соотносить травматическое событие с собственной жизненной историей и каким образом сохранить целостность Я [Janoff-Bulman, 1992; McAdams, McLean, 2013]. Арт-терапия способствует восстановлению связности через метафору, образную последовательность, серию работ, символическое действие и эстетическую дистанцию [McAdams, McLean, 2013; Леонтьев, 2007]. Благодаря этому появляется возможность не просто выразить травматический опыт, но и встроить его в более целостную конфигурацию Я. На системном уровне арт-терапия поддерживает

не только снижение симптомов, но и восстановление идентичности как центра смысловой интеграции личности.

5. Надсистемный уровень отражает включенность личности в отношения, социальные контексты, культурные нормы и пространства признания. На этом уровне травма разрушает чувство безопасной включенности в отношения, доверия и признания; мир начинает переживаться как угрожающий, а другой – как потенциально небезопасный [Боулби, 2003; Ван дер Колк, 2020]. Арт-терапия создает пространство опосредованной встречи, где опыт может быть предъявлен и признан без прямой вторгающейся экспозиции. Художественный объект становится медиатором между внутренним миром субъекта и внешним социальным контекстом [Haeyen, Wanten, 2024]. Это делает метод особенно значимым при травме отношений, переживаниях предательства, хронической небезопасности привязанности и нарушении личностных границ. На надсистемном уровне арт-терапия способствует восстановлению доверия, признания и самой возможности быть увиденным в безопасной форме.

*Арт-терапия и ослабление виктимного режима личностной организации.* В рамках структурно-уровневой модели виктимность может быть понята как устойчивый дезадаптивный режим личностной организации, при котором травматический опыт интегрируется вокруг беспомощности, нарушенных границ, внешней детерминированности и дефицита субъектной позиции. Устойчивость данного режима поддерживается не одним фактором, а повторяющейся конфигурацией телесной настороженности, аффективной перегрузки, ригидных интерпретаций, избегания, нарушений доверия и закрепленной роли «жертвы» в отношениях.

С этой точки зрения терапевтическая ценность арт-терапии состоит в ее способности воздействовать сразу на несколько параметров, поддерживающих виктимный режим. Во-первых, художественная форма обеспечивает опосредованный контакт с травматическим материалом и снижает риск буквального повторного

затопления [Malchiodi, 2020]. Во-вторых, она возвращает субъектную активность: человек не только вспоминает, но и создает, выбирает, ограничивает, преобразует и переформирует переживание [Копытин, 2022]. В-третьих, художественный продукт и рамка творческого процесса способствуют восстановлению психологических границ, что особенно важно при травме вторжения, предательства и хронической небезопасности. В-четвертых, арт-терапия расширяет жизненное пространство личности за пределы травматического содержания, включая опыт формы, ритма, эстетического порядка и совместного смыслообразования [Hass-Cohen, Findlay, 2019; Malchiodi, 2020]. Тем самым арт-терапия может быть рассмотрена как метод, способный ослаблять устойчивость виктимного режима и поддерживать переход к более интегрированным способам посттравматического функционирования.

*Практическое значение полученной модели.* Из предложенной модели следует, что арт-терапия особенно показана:

– при затрудненной вербализации травматического опыта [Brewin, Dalgleish, Joseph, 1996; Ван дер Колк, 2020];

– при выраженной телесной и аффективной дисрегуляции [Siegel, 2020; Malchiodi, 2020];

– при фрагментарной, образной или диссоциированной представленности травматического материала [Hass-Cohen, Findlay, 2019];

– при нарушениях идентичности и автобиографической связности [McAdams, McLean, 2013; Леонтьев, 2007];

– при виктимной фиксации и дефиците субъектной позиции [Падун, Котельникова, 2019; Копытин, 2022];

– при травме отношений, нарушении доверия и психологических границ [Боулби, 2003; Наеуен, Wanten, 2024].

Такое понимание позволяет рассматривать арт-терапию как обоснованное многоуровневое вмешательство, выбор которого определяется не только предпочтениями терапевта, но и структурой посттравматической дезадаптации.

*Заключение.* Психическая травма затрагивает личность как целостную многоуровневую систему, нарушая согласование ее телесных, аффективных, когнитивных, смысловых и реляционных контуров. В этой связи арт-терапия может быть обоснована как метод психотерапевтической помощи, воздействующий не на отдельный симптом, а на несколько уровней посттравматической организации личности одновременно.

Проведенный теоретико-методологический анализ показал, что арт-терапия обладает наибольшим потенциалом в случаях, когда травматический опыт сохраняется в невербальных, сенсорных, образных, телесных и диссоциированных формах. Ее терапевтический эффект связан со стабилизацией и расширением переносимости аффекта, символизацией фрагментированного материала, восстановлением координации регуляторных подсистем, поддержкой идентичности и автобиографической связности, а также созданием безопасного пространства признания и совместного удерживания опыта в отношениях.

Авторский вклад состоит в интеграции современных представлений о механизмах арт-терапии со структурно-уровневой моделью личности, что позволяет рассматривать арт-терапию как многоуровневый метод работы с психической травмой и как потенциальный фактор ослабления виктимной фиксации. Полученные положения могут служить основой для последующей операционализации уровней воздействия арт-терапии и для разработки эмпирических исследований ее эффективности в отношении различных посттравматических конфигураций личности.

## Библиографический список

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 288 с.
2. Боулби Дж. Привязанность. М.: Гардарики, 2003. 477 с.
3. Ван дер Колк Б. Тело помнит все: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают ее преодолеть. М.: Бомбора, 2020. 560 с.

4. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности. Томск: Изд-во Томского ун-та, 2005. 174 с. EDN: QXPEUV
5. Князева Е.Н., Курдюмов С.П. Основания синергетики: синергетическое мировидение. 3-е изд. М.: КомКнига, 2005. 240 с.
6. Копытин А.И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. М.: Когито-Центр, 2014. 208 с. EDN: XNJYMN
7. Копытин А.И. Методы арт-терапии при травматическом стрессе. М.: SelfPub, 2022. 340 с. EDN: AYMSNZ
8. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. 3-е изд., доп. М.: Смысл, 2007. 511 с.
9. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984. 444 с. EDN: RVMASB
10. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: теория, эмпирия, практика. 2-е изд. М.: Изд-во ин-та психологии РАН, 2019. 206 с.
11. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2009. 301 с. EDN: QCTEKX
12. Applewhite, B., Delattre, B., Singh, I., Buckman, J.E.J., Harmer, C.J., & Murphy, S.E. (2025). Creative arts-based interventions for the improvement of PTSD symptoms in young people: A meta-analysis with a focus on non-Western populations. *Nature Mental Health*, 3, 1616–1632. DOI: <https://doi.org/10.1038/s44220-025-00543-y>
13. Brewin, C.R., Dalgleish, T., & Joseph, S. (1996). A dual representation theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Review*, 103 (4), 670–686. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.4.670>
14. Haeyen, S., & Wanten, F. (2024). Effectiveness of trauma-focused art therapy for psychological trauma: A mixed method single case study. *The Arts in Psychotherapy*, 89, 102218. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102218>
15. Hass-Cohen, N., & Findlay, J.C. (2019). The art therapy relational neuroscience and memory reconsolidation four drawing protocol. *The Arts in Psychotherapy*, 63, 51-59. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.03.002>
16. Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*. New York: Free Press.
17. Li, Z., Cui, Q., & Liu, X. (2025). Systematic review of the effectiveness of arts therapy for children and adolescents with post-traumatic stress disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1716481. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1716481>
18. Maddox, G.A., Bodner, G.E., Christian, M.W., & Williamson, P. (2024). On the effectiveness of visual arts therapy for traumatic experiences: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 31 (4), e3041. DOI: <https://doi.org/10.1002/cpp.3041>
19. Malchiodi, C.A. (2020). *Trauma and Expressive Arts Therapy: Brain, Body, and Imagination in the Healing Process*. New York: Guilford Press.
20. McAdams, D.P., & McLean, K.C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22 (3), 233–238. DOI: <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
21. Siegel, D.J. (2020). *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
22. Wang, J., Zhang, B., Yahaya, R., & Abdullah, A.B. (2025). Colors of the mind: A meta-analysis of creative arts therapy as an approach for post-traumatic stress disorder intervention. *BMC Psychology*, 13, 21. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02361-4>

# THEORETICAL AND METHODOLOGICAL RATIONALE FOR USING ART THERAPY IN DEALING WITH PSYCHIC TRAUMA WITHIN THE STRUCTURAL-LEVEL MODEL OF PERSONALITY

O.O. Andronnikova (Novosibirsk, Russia)

## Abstract

*Statement of the problem.* Contemporary research on psychic trauma shows that traumatic experience is often retained not only in the form of narrative memory, but also as sensory, bodily, affective, and fragmented representations that impede direct verbalization and cognitive processing. In this regard, there is a need to provide a theoretical rationale for psychotherapeutic methods capable of addressing not only verbally accessible content, but also deeper levels of post-traumatic personality organization. Despite the growing interest in art therapy, its mechanisms in work with trauma have not yet been fully clarified, and the empirical evidence remains heterogeneous: recent reviews and meta-analyses indicate a positive therapeutic potential, while also emphasizing the high heterogeneity of studies and the need for a more rigorous operationalization of mechanisms of action.

*The purpose of the article* is to provide a theoretical rationale for the use of art therapy in the experience of psychic trauma within the framework of the structural-level model of personality and to demonstrate how the mechanisms of art-therapeutic intervention correspond to different levels of post-traumatic personality organization.

*Methodology.* The study is based on a theoretical and methodological analysis drawing on systemic, structural-level, and synergetic approaches. The methods employed include a comparative analytical review of Russian and international works on trauma psychology, art therapy, the theory of traumatic memory, affect regulation, identity, and post-traumatic adaptation, as well as the method of theoretical modeling.

*Research results.* It is shown that art therapy has a conceptual advantage in cases where traumatic experience is represented in nonverbal, bodily, imaginal, and dissociated forms. It is substantiated that its therapeutic mechanisms are multilevel in nature. At the elemental level, art therapy contributes to the reduction of hyperarousal, the widening of the window of tolerance, and sensorimotor stabilization; at the component level, it facilitates the symbolization and containment of fragmented experience; at the subsystem level, it enhances the coordination of cognitive, emotional, motivational, and volitional regulation; at the system level, it supports the reconstruction of identity, autobiographical coherence, and meaning integration; at the suprasystem level, it creates a safe space of recognition, togetherness, and mediated expression of traumatic experience in relationships. It is also shown that, within the logic of the model, art therapy may contribute to weakening the victimized mode of personality organization by restoring subjectivity, psychological boundaries, and the capacity for symbolic processing of traumatic material.

*Conclusions.* Art therapy may be regarded not as an auxiliary expressive technique, but as a theoretically grounded multilevel method of psychotherapeutic assistance in cases of psychic trauma. Its greatest relevance is manifested in cases of deficits in symbolization, disturbances of self-regulation, difficulties in verbalizing traumatic experience, identity crisis, victimized fixation, and relational trauma. The author's contribution lies in integrating contemporary conceptions of the mechanisms of art therapy with the developed structural-level model of personality, which makes it possible to clarify the place of art therapy within the system of methods used in work with psychic trauma.

**Keywords:** *psychic trauma; art therapy; personality; structural-level model; victimization.*

---

**Andronnikova, Olga O.** – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University (Novosibirsk, Russia); ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1756-7682>; RSCI SPIN-code: 9118-8231; Scopus Author ID: 57193952779; e-mail: andronnikova\_69@mail.ru

---

## References

1. Ananyev, B.G. (2001). *Chelovek kak predmet poznaniya* [Man as an Object of Cognition]. Saint Petersburg, Russia.
2. Bowlby, J. (2003). *Privyazannost* [Attachment]. Moscow, Russia.
3. Kolk, B., van der (2020). *Telo pomnit vse: kakuyu rol psikhologicheskaya travma igraet v zhizni cheloveka i kakie tekhniki pomogayut ee preodolet* [The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma]. Moscow, Russia.

4. Klochko, V.E. (2005). *Samoorganizatsiya v psikhologicheskikh sistemakh: problemy stanovleniya mentalnogo prostranstva lichnosti* [Self-Organization in Psychological Systems: Problems of the Formation of the Mental Space of Personality]. Tomsk, Russia.
5. Knyazeva, E.N., & Kurdyumov, S.P. (2005). *Osnovaniya sinergetiki: sinergeticheskoe mirovidenie* [Foundations of Synergetics: A Synergetic Worldview]. Moscow, Russia.
6. Kopytin, A.I. (2014). *Metody art-terapii v preodolenii posledstviy travmaticheskogo stressa* [Methods of Art Therapy in Overcoming the Consequences of Traumatic Stress]. Saint Petersburg, Russia.
7. Kopytin, A.I. (2022). *Metody art-terapii pri travmaticheskom stresse* [Methods of Art Therapy for Traumatic Stress]. Moscow, Russia.
8. Leontyev, D.A. (2007). *Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi realnosti* [Psychology of Meaning: Nature, Structure, and Dynamics of Meaning Reality]. Moscow, Russia.
9. Lomov, B.F. (1984). *Metodologicheskie i teoreticheskie problemy psikhologii* [Methodological and Theoretical Problems of Psychology]. Moscow, Russia.
10. Padun, M.A., & Kotelnikova, A.V. (2019). *Psikhicheskaya travma i kartina mira: teoriya, empiriya, praktika* [Psychic Trauma and the Worldview: Theory, Empirics, Practice]. Moscow, Russia.
11. Tarabrina, N.V. (2009). *Psikhologiya posttravmaticheskogo stressa* [Psychology of Post-Traumatic Stress]. Moscow, Russia.
12. Applewhite, B., Delattre, B., Singh, I., Buckman, J.E.J., Harmer, C.J., & Murphy, S.E. (2025). Creative arts-based interventions for the improvement of PTSD symptoms in young people: A meta-analysis with a focus on non-Western populations. *Nature Mental Health*, 3, 1616–1632. DOI: <https://doi.org/10.1038/s44220-025-00543-y>
13. Brewin, C.R., Dalgleish, T., & Joseph, S. (1996). A dual representation theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Review*, 103 (4), 670–686. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-295X.103.4.670>
14. Haeyen, S., & Wanten, F. (2024). Effectiveness of trauma-focused art therapy for psychological trauma: A mixed method single case study. *The Arts in Psychotherapy*, 89, 102218. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102218>
15. Hass-Cohen, N., & Findlay, J.C. (2019). The art therapy relational neuroscience and memory reconsolidation four drawing protocol. *The Arts in Psychotherapy*, 63, 51–59. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.aip.2019.03.002>
16. Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered Assumptions: Towards a New Psychology of Trauma*. New York: Free Press.
17. Li, Z., Cui, Q., & Liu, X. (2025). Systematic review of the effectiveness of arts therapy for children and adolescents with post-traumatic stress disorder. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1716481. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1716481>
18. Maddox, G.A., Bodner, G.E., Christian, M.W., & Williamson, P. (2024). On the effectiveness of visual arts therapy for traumatic experiences: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 31 (4), e3041. DOI: <https://doi.org/10.1002/cpp.3041>
19. Malchiodi, C.A. (2020). *Trauma and Expressive Arts Therapy: Brain, Body, and Imagination in the Healing Process*. New York: Guilford Press.
20. McAdams, D.P., & McLean, K.C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22 (3), 233–238. DOI: <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
21. Siegel, D.J. (2020). *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
22. Wang, J., Zhang, B., Yahaya, R., & Abdullah, A.B. (2025). Colors of the mind: A meta-analysis of creative arts therapy as an approach for post-traumatic stress disorder intervention. *BMC Psychology*, 13, 21. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02361-4>