

УДК 130.2

ORCID iD 0000-0001-7388-9216

ORCID iD 0000-0001-8679-9228

О.М. Шаталович,**І.В. Шаталович****АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНІКИ У КОНТЕКСТІ ВІЗУАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ:
ВІД КРИТИЧНОЇ ТЕОРІЇ ДО ЦИФРОВОЇ ПРАКТИКИ**

Стаття досліджує необхідність інтеграції критичної теорії візуальності в методологію арт-терапії в умовах домінування візуальних засобів комунікації, відомого як «візуальний поворот». Сучасна філософія візуальних досліджень розглядає суб'єкта не як носія сталих характеристик, а як конструкцію, сформовану соціокультурними та владними механізмами. Теорія зображення стверджує, що культура перейшла від текстової до зображальної моделі світу, що підвищує статус візуалізації внутрішнього досвіду в арт-терапію як первинного способу розуміння буття.

Дослідження ставить за мету розглянути дві фундаментальні проблеми: критичну інтерпретацію образу та методологічний зсув. Перша проблема полягає у необхідності розрізнення автентичних, внутрішньо мотивованих образів від культурних кліше та ідеологічних кодів, засвоєних із масової візуальної культури, оскільки візуальні метафори можуть відображати ідеологічні змісти. Надмірна візуальна насиченість створює ризик «метафоричного засмічення» – використання клінічно порожніх «готових образів». Для ефективною інтерпретації арт-терапевт повинен володіти «візуальною грамотністю» та використовувати моделі, що дозволяють аналізувати зовнішні культурні коди. Друга проблема стосується методологічного зсуву від аналогової матеріальності (ізотерапія, пісочна терапія), яка забезпечує заземлення, до цифрової, ефемерної репрезентації. Інтеграція цифрового мистецтва та соціальної медіа-терапії надає унікальні можливості для безпечного експериментування з самовираженням, дозволяючи клієнту контролювати та змінювати візуалізацію травматичного досвіду. Соціальна медіа-терапія цілеспрямовано працює з мережевою ідентичністю клієнта як сконструйованого суб'єкта.

Інтеграція критичних візуальних студій вимагає розробки нових клінічних протоколів, які поєднують культурологічний аналіз із клінічною рамкою. Також необхідно розробити етичні керівництва для соціальної медіа-терапії, щоб використання механізмів соціальної валідації («лайків») не підривало розвиток внутрішньої самооцінки клієнта.

Ключові слова: культурологія, філософія культури, психологія, арт-терапія, критична теорія візуальності, соціальна медіа-терапія, культурні коди

DOI 10.34079/2518-1343-2025-15-30-183-191

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасна епоха визначається безпрецедентним домінуванням візуальних засобів комунікації, явищем, відомим як «візуальний поворот» (Visual Turn). Зображення, а не текст, стало первинним носієм інформації, засобом формування світогляду та обміну даними (Mirzoeff, 1999). Це домінування візуальності створює культурну насиченість, яка

безпосередньо впливає на формування асоціативних зав'язків та естетичного сприйняття кожної особистості (Продан, 2021).

У цьому контексті, арт-терапія, яка традиційно використовує образотворчу діяльність для психокорекції та метафоричної взаємодії, стикається з новим терапевтичним імперативом. Якщо малюнок чи інший художній виріб є «певним матеріальним полем для метафоричної взаємодії» (Біда, 2018, с. 17), то його зміст, форми та символи повинні бути розглянуті критично. Сучасна філософія візуальних досліджень стверджує, що суб'єкт є не носієм сталих онтологічних характеристик, а радше конструкцією, сформованою під впливом соціокультурних і, передусім, владних механізмів. Це означає, що візуальні метафори, створені клієнтом, можуть бути не автентичним, глибинним вираженням внутрішнього досвіду, а відображенням ідеологічних змістів та культурних кодів, які кодуються у масовій візуальній культурі (Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025, с. 6).

Обґрунтування цього дослідження полягає в необхідності інтеграції критичної теорії візуальності в методологію арт-терапії. Такий синтез забезпечує аналітичну глибину, дозволяючи терапевту розрізнити індивідуальну травму чи конфлікт від соціально інкорпорованих візуальних кліше. Це стає вирішальним для ефективної роботи з проблемами ідентичності та травматичним досвідом.

На перетині арт-терапії та візуальної культури виникає дві фундаментальні наукові проблеми, які потребують дослідницької уваги. Перша проблема: критична інтерпретація образу. Основний виклик для арт-терапевта полягає у визначенні джерел візуального контенту, створеного клієнтом. Необхідно розробити критерії, які дозволять відрізнити автентичні, внутрішньо мотивовані образи від культурних кліше та ідеологічних кодів, засвоєних із зовнішнього візуального середовища, яке формується, зокрема, владними механізмами (Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025). Ефективність арт-терапії залежить від точності інтерпретації, і якщо терапевт приймає культурний код за внутрішній конфлікт, діагностика та лікування можуть бути хибними.

Друга проблема: методологічний зсув. Сучасна технологічна трансформація призвела до появи нових терапевтичних практик. Виникає питання, які нові техніки, зокрема цифрові та медіа-техніки, повинні бути інтегровані в арт-терапію, та як цей зсув від аналогової матеріальності, наприклад, використання піску або фарб (Колпакчи, 2018) до цифрової, ефемерної репрезентації впливає на глибину та якість терапевтичного процесу.

Отже, поставимо за мету даної статті детальніше розглянути зазначені проблеми критичної інтерпретації образу і методологічного зсуву.

Виклад основного матеріалу. Спочатку розглянемо теоретичні передумови: щодо концептуалізації візуальної культури.

Візуальні дослідження (Visual Studies) виникли як критична реакція на традиційне мистецтвознавство та кризу текстоцентризму, що домінував у гуманітарних науках. Сучасна філософія, що лежить в основі цього напрямку, радикально змінила розуміння суб'єкта: він розглядається не через сталі онтологічні характеристики, а як динамічна конструкція, сформована під потужним впливом соціокультурних та політичних (владних) механізмів. Це зміщення фокуса надає дослідженням візуальної культури критичного спрямування (Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025).

Існують методологічні дискусії щодо часових меж існування візуальної культури. Деякі дослідники застосовували термін до більш ранніх періодів, наприклад, XV та XVII століть. Однак, значна частина теоретиків, спираючись на ідеї В. Беньяміна про «Твір мистецтва в епоху його технічної відтворюваності», обмежує часові межі візуальної культури епохою модерності та технічної відтворюваності зображень

(Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025). Сам напромак стикається зі значною методологічною напругою. Він виник на тлі розколу в науці про мистецтво, оскільки нові дослідники не дійшли єдиного розуміння предмета та методів. Як наслідок, візуальні студії часто характеризуються «методологічним анархізмом» та свідомо проголошують себе «де-дисциплінарною практикою» (В. Мітчелл), що ускладнює чітке розмежування їхньої предметної сфери з іншими гуманітарними науками (Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025).

Одним із найбільш значущих теоретичних внесків у концепцію візуальної культури є теорія зображення (Picture Theory), розроблена В.Дж.Т. Мітчеллом. Ця теорія стверджує, що західна філософія та наука почали використовувати pictorial (зображальну), а не textual (текстову) модель світу (Mirzoeff, 1999). Це радикально кинуло виклик панівній раніше ідеї світу як написаного тексту, що домінувала в інтелектуальних дискусіях після структурних і постструктуралістських рухів (Mirzoeff, 1998).

Епістемологічний зсув, описаний В.Дж.Т. Мітчеллом, забезпечує потужне обґрунтування для арт-терапії. Якщо культура фундаментально перейшла від текстової до зображальної моделі світу, то візуалізація внутрішнього досвіду, що є наріжним каменем арт-терапії, стає не просто допоміжним чи обхідним шляхом для вербалізації, а первинним, культурно релевантним та епістемологічно значущим способом розуміння буття. Це суттєво підвищує статус АТ з допоміжної психологічної практики до методу, який оперує домінуючою мовою сучасної культури. Терапевтичний образ, таким чином, виступає як носій критичних знань про суб'єкта.

На відміну від традиційного мистецтвознавства, візуальна культура, зазначає Н. Мірзоєв, концентрується не лише на вивченні зображень, а на визначальній ролі візуальної культури у ширшій культурі, до якої вона належить (Mirzoeff, 1998). Цей трансдисциплінарний характер є ключовим: Дж. Елкінс визначає, що візуальні дослідження повинні бути «трансдисциплінарними, недисциплінарними і субдисциплінарними», тісно взаємодіючи з мистецтвознавством, антропологією, медіадослідженнями та теорією кіно.

Визнання того, що суб'єкт є соціально сконструйованим, перетворює візуальну культуру на потужний критичний інструмент у психотерапевтичному аналізі. Дослідження у цій сфері набувають критичного спрямування, орієнтуючись на виявлення ідеологічних змістів, які кодуються у візуальному представленні.

Для арт-терапії це означає, що процес аналізу має включати не лише фрейдистську чи юнгіанську символіку, але й аналіз медійних форм, які активно впливають на свідомість клієнта. Форми масового зображення, зокрема кіно та дизайнерські практики (Продан, 2021), формують асоціативні зв'язки та світосприйняття особистості. Критичний аналіз цих джерел дозволяє терапевту усвідомити, як зовнішні, часто владні чи рекламні, наративи проникають у внутрішній світ клієнта та формують його візуальні метафори.

Перейдемо до розгляду методологічного апарату арт-терапії та його відношення до візуальної культури. Поняття «арт-терапії» має широкий діапазон значень у сучасній практиці (Колпакчи, 2018). Воно охоплює як напрям психотерапевтичної та психокорекційної практики, так і сукупність різних видів мистецтва, що використовуються в лікуванні, а також може розглядатися як самостійний метод терапії. Арт-терапія спрямована на формування творчої індивідуальності, підвищення самооцінки, самопізнання та забезпечення емоційної розрядки. Головна терапевтична роль образу полягає в тому, що він дозволяє клієнту візуалізувати внутрішній досвід, по-новому поглянути на ситуацію та знайти шлях до її вирішення, оскільки малюнок

(або інша художня форма) слугує матеріальним полем для метафоричної взаємодії (Біда, 2018).

Класичні арт-терапевтичні техніки, такі як ізотерапія, традиційно зосереджені на роботі з фізичною матеріальністю. Ізотерапія (малюнок, живопис, колаж) є одним із найпоширеніших методів, що дозволяє виражати почуття через лінії, форми та кольори. Ці техніки застосовуються для роботи з травматичним досвідом, сімейними конфліктами, горем та проблемами самоідентифікації. Інші проєктивні методи, наприклад, пісочна терапія, використовують пісок як «найдивовижніший природний матеріал», що активізує широкий спектр почуттів, які важко піддаються раціональному осмисленню (Колпакчи, 2018).

Усі ці аналогові техніки (вільне малювання, мандалотерапія, монотипія) базуються на перенесенні нематеріальних думок, настроїв і переконань у фізичну, візуальну форму. Ця фізична матеріальність, наприклад, тактильний опір глини або відчуття «магнетизму» піску (Колпакчи, 2018), забезпечує критичне відчуття заземлення та контролю, що особливо важливо при роботі з травмою (наприклад, ПТСР). Фіксація образу на фізичному носії (папері чи в пісочниці) забезпечує відчуття завершеності.

Однак ця матеріальність протистоїть цифровим, ефемерним образам сучасної візуальної культури. У цифровому середовищі, де панує нескінченна відтворюваність і миттєве редагування, відчуття фіксації та завершеності може підриватися. Разом з тим, цифрова гнучкість може стати перевагою, дозволяючи клієнту безпечніше експериментувати з самовираженням та ідентичністю, долаючи внутрішній опір та перфекціонізм. Таким чином, терапевт повинен свідомо обирати матеріал, виходячи з клінічної мети: аналогове середовище для заземлення, тактильності та завершеності, а цифрове – для гнучкості та експериментування.

Візуальна насиченість сучасної культури зумовлена домінуванням дизайнерських та рекламних практик, які активно формують світосприйняття. Візуальний образ формується у свідомості людини за допомогою потужних асоціативних зв'язків. Графічний дизайн, оперуючи знаковою, символічною та зображальною комунікацією, відображає загальну мову сучасної культури та соціокультурну дійсність. Візуальний образ у дизайні та рекламі постає як інтерпретація культурних текстів, де реалізація образу є синтезом образотворчих і візуальних форм, підкріплених текстовим повідомленням, спрямованим на формування естетичного смаку у потенційних споживачів (Продан, 2021).

Для забезпечення аналітичної глибини арт-терапевти повинні застосовувати моделі інтерпретації, що виходять за межі суто психологічних проєкцій. Дослідження С. Холла пропонує три основні моделі для аналізу дизайну візуального образу: міметичну (наслідування реальності), інтенціональну (відображення автентичного наміру автора) та конструктивістську (соціально сконструйовану) (Продан, 2021). Використання цих моделей дозволяє терапевту системно аналізувати, як зовнішні культурні коди вплинули на створення образу клієнтом.

Надмірна візуальна насиченість породжує значний клінічний виклик, відомий як «метафоричне засмічення». Замість створення автентичного метафоричного поля, яке дозволяє по-новому поглянути на внутрішню ситуацію (Біда, 2018), клієнт може несвідомо використовувати «готові образи» – естетично привабливі, але клінічно порожні кліше, засвоєні з медіа або рекламних кампаній (Продан, 2021). Ці образи, хоча й можуть бути майстерно виконані, часто маскують справжні внутрішні конфлікти, оскільки несуть закодовані ідеологічні чи комерційні змісти (Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025).

У цьому контексті, техніки, такі як колаж або робота з готовими зображеннями, перетворюються з простих проєктивних методів на техніки деконструкції ідеології. Вони дозволяють клієнту критично переосмислити власні асоціативні зв'язки (Продан, 2021) та виявити, які зовнішні владні механізми вплинули на його світосприйняття та формування його «Я» як конструкції.

Для того, щоб ефективно інтерпретувати роботи клієнтів у контексті візуальної культури, терапевту необхідно володіти високим рівнем «візуальної грамотності» (Visual Literacy). Це передбачає здатність до детального аналізу композиційної виразності (такої як асиметрія, фон, фактура та освітлення), а також навичку розрізнення культурних кодів від особистої символіки. Терапевт повинен вміти визначати, як нематеріальні думки перенесені у візуальну форму, та, використовуючи моделі Холла (Продан, 2021), розрізняти міметичну імітацію від інтенціонального наміру. Якщо ці навички відсутні, аналіз арт-терапевтичної роботи може помилково прийняти культурний код чи ідеологічний зміст за істинний внутрішній конфлікт клієнта. Це вимагає розробки нових стандартів підготовки арт-терапевтів, що включають глибокий культурологічний підхід та аналіз масового візуального контенту.

Зростання візуальної культури, що спирається на технічну відтворюваність, призвело до інтеграції цифрового мистецтва у психотерапевтичну та консультаційну практику. Цифрове середовище надає нові можливості, сфокусовані на підвищенні життєстійкості, роботі з психосемантикою та формуванні впевненості в собі.

Однією з ключових переваг цифрового редагування є можливість швидкого скасування дій (функція «Undo»), багаторазової корекції образу та нескінченного експериментування. Для клієнтів, які пережили травматичний досвід або страждають від ПТСР, це середовище пропонує унікальний рівень безпеки: вони можуть візуалізувати свій досвід, контролювати його та змінювати без ризику «незворотного» сліду, характерного для фарби чи чорнила. Ця здатність безпечно контролювати процес створення та модифікації травматичної візуалізації значно посилює відчуття агентності клієнта.

Соціальна медіатерапія (Gere et al, 2019) є сучасною формою експресивної арт-терапії, що відображає фундаментальні зміни у спілкуванні, спричинені зростанням використання Інтернету, що поєднує в собі елементи класичної арт-терапії, психотерапії, письмової та театральної терапії.

Ключовий механізм соціальної медіатерапії полягає у використанні процесу створення та обміну контентом користувачів (включаючи аудіо, текстову або візуальну інформацію) як основного способу спілкування і розуміння. Поява соціальної медіатерапії є прямим наслідком того, що технології змінили конотацію соціальних понять, зокрема «ідентичність», «друг» та «вподобання».

Якщо класична арт-терапія спрямована на роботу з внутрішніми проблемами самоідентифікації та образу тіла, то соціальна медіатерапія цілеспрямовано працює з мережевою ідентичністю – однією з найбільш яскравих форм прояву суб'єкта як «конструкції, сформованої соціокультурними механізмами». Терапевтичне створення та публікація контенту дозволяє клієнту свідомо експериментувати з цією сконструйованою ідентичністю, аналізуючи, як соціальні очікування, технологічні інструменти та соціальний маркетинг впливають на його самосприйняття. Таким чином, соціальна медіатерапія є критично важливим інструментом для лікування порушень, центральною роллю в яких є візуальна репрезентація в соціальних мережах.

Розглянемо методологічні виклики запропонованого синтезу. Синтез арт-терапії та критичних візуальних студій породжує методологічні виклики. Візуальні дослідження самі по собі часто критикують за брак методологічної чіткості, тенденцію до «методологічного анархізму» та проголошення себе «де-дисциплінарною

практикою» (Шаталович, І. та Шаталович, О., 2025). На противагу цьому, арт-терапія, як клінічна практика, вимагає чіткої структури, спрямованої на досягнення вимірюваних клінічних цілей, таких як підвищення життєстійкості або розвиток самопізнання.

Необхідно розробити інтегровану методологію, яка використовує критичний потенціал візуальної культури (виявлення ідеології та культурних текстів) як потужний діагностичний інструмент. При цьому критичний аналіз має бути підпорядкований клінічній рамці арт-терапії, мета якої – трансформація та лікування через метафоричну взаємодію (Біда, 2018). Інтеграція культурологічного підходу до аналізу візуального феномену, як пропонує К. Кислюк, дозволить арт-терапевту аналізувати візуальні образи клієнта не лише як особисті проєкції, а як складні інтерпретації культурних текстів, які циркулюють у сучасному просторі (Продан, 2021).

З поширенням кібер-терапії та соціальної медіа-терапії виникають етичні та екологічні питання, які потребують регулювання. Одним із головних занепокоєнь є відсутність фізичного контакту в онлайн-терапії, що може впливати на глибину формування терапевтичного альянсу, який є критично важливою особливістю терапевтичного процесу.

Крім того, професіонали «психічного здоров'я» повинні свідомо досліджувати етичні значення власного використання соціальних медіа. Хоча пропозиція послуг через відео-конференції чи e-mail розширює можливості терапії, це вимагає чітких етичних протоколів щодо конфіденційності та професійних меж.

Особливий етичний виклик становить використання механізмів соціальної валідації в соціальній медіа-терапії. У сучасному мережевому просторі поняття «вподобання» (like) і «друзі» набули нових конотацій. Використання цих механізмів у терапевтичному процесі вимагає надзвичайної обережності. Терапевтичні протоколи мають бути розроблені таким чином, щоб запобігти залежності клієнта від зовнішньої, мережевої валідації. Метою арт-терапії є розвиток внутрішньої самооцінки та самопізнання, і якщо процес створення та обміну контентом перетворюється на пошук зовнішнього схвалення, це може підірвати клінічні цілі, посилюючи ідентифікаційні проблеми, характерні для сконструйованого візуального суб'єкта.

Висновки. Арт-терапевтичні техніки сьогодні функціонують у середовищі, де візуальне зображення має епістемологічний пріоритет. Згідно з теорією зображення (Picture Theory), візуальний образ є первинною моделлю світу, і, водночас, цей образ несе потужний ідеологічний заряд, закодований у масовій візуальній культурі. З огляду на це, ефективна терапія образу вимагає від спеціаліста не лише психологічної експертизи, але й глибокої критичної культурної компетенції (візуальної грамотності) для розрізнення автентичних переживань від соціально сконструйованих кліше.

Арт-терапія демонструє значну методологічну еволюцію. Від класичної роботи з матеріальним полем, що забезпечує тактильне заземлення та відчуття завершеності (наприклад, пісочна терапія та ізотерапія), практика перейшла до адаптації в цифровому середовищі. Впровадження цифрового мистецтва та соціальної медіа-терапії дозволяє цілеспрямовано працювати зі сконструйованою ідентичністю, динамікою соціальних очікувань та проблемами самоідентифікації у мережевому просторі. Цифрові інструменти також надають клієнту унікальні можливості для безпечного контролю та зміни візуалізації травматичного досвіду.

Подальші дослідження повинні бути зосереджені на трьох ключових напрямках. По-перше, необхідна розробка конкретних, валідованих клінічних протоколів, які інтегрують методи критичного аналізу візуальних кодів (реклами, ідеології, масової естетики) у фази інтерпретації арт-терапевтичних робіт. По-друге, критично важливим є вивчення довгострокового впливу цифрового, нетактильного середовища та

відсутності фізичного контакту на глибину формування терапевтичного альянсу. Нарешті, слід розробити етичні керівництва для соціальної медіа-терапії, що чітко регулюють використання соціальних механізмів валідації (лайки, друзі), щоб забезпечити, що терапевтичний процес сприяє розвитку внутрішньої, а не мережевої, самооцінки клієнта.

Бібліографічний список

- Біда, О., 2018. Різні підходи до визначення арт-терапії. *Педагогічний часопис Волині*, [онлайн], сс. 14–19. Доступно: <<https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/15891/1/14-19.pdf>> [Дата звернення 01 листопада 2025].
- Колпакчи, О.С., 2018. *Арт-терапія: курс лекцій*. Київ: Центр учбової літератури.
- Продан, І., 2021. Роль візуального образу як рекламного об'єкта. *Актуальні питання гуманітарних наук*, [онлайн], 37(3), сс. 41–45. Доступно: <https://www.aphn-journal.in.ua/archive/37_2021/part_3/8.pdf> [Дата звернення 01 листопада 2025].
- Шаталович, І.В. та Шаталович, О.М., 2025. Проблематика досліджень візуальної культури у сучасному культурологічному дискурсі. *Філософія та управління*, [онлайн], 6(10). DOI: <https://doi.org/10.70651/3041-248X/2025.6.06> [Дата звернення 1 листопада 2025].
- Gere, B. O., Salimi, N. and Anima-Korang, A., 2019. Social Media Use as Self-Therapy or Alternative Mental Help-Seeking Behavior. *IAFOR Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*, 5(2). DOI: <https://doi.org/10.22492/ijpbs.5.2.02>
- Mirzoeff, N., 1998. What is visual culture? *The Visual Culture Reader*. London: Routledge, pp. 3–13
- Mirzoeff, N., 1999. *An Introduction to Visual Culture*. London: Routledge.

References

- Bida, O., 2018. Rizni pidkhody do vyznachennya art-terapiyi [Different approaches to defining art therapy]. *Pedahohichnyi chasopys Volyni*, [online], ss. 14–19. Available at: <<https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/15891/1/14-19.pdf>> [Accessed 1 November 2025]. (in Ukrainian).
- Gere, B.O., Salimi, N., and Anima-Korang, A., 2019. Social Media Use as Self-Therapy or Alternative Mental Help-Seeking Behavior. *IAFOR Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*, 5(2). DOI: <https://doi.org/10.22492/ijpbs.5.2.02>
- Kolpakchy, O.S., 2018. *Art-terapiya: kurs lektsiy [Art therapy: lecture course]*. Kyiv: Tsentr uchbovoyi literatury. (in Ukrainian).
- Mirzoeff, N., 1998. What is visual culture? *The Visual Culture Reader*. London: Routledge, pp. 3–13.
- Mirzoeff, N., 1999. *An Introduction to Visual Culture*. London: Routledge.
- Prodan, I., 2021. Rol' vizual'noho obrazu yak reklamnoho ob'yekta [The role of visual image as an advertising object]. *Aktual'ni pytannya humanitarnykh nauk*, [online], 37(3), ss. 41–45. Available at: <https://www.aphn-journal.in.ua/archive/37_2021/part_3/8.pdf> [Accessed 1 November 2025]. (in Ukrainian).
- Shatalovych, I.V. and Shatalovych, O.M., 2025. Problematyka doslidzen' vizual'noyi kul'tury u suchasnomu kulturolohichnomu dyskursi [Problems of visual culture research in contemporary cultural studies discourse]. *Filosofiya ta upravlinnya*, [online], 6(10). DOI: <https://doi.org/10.70651/3041-248X/2025.6.06> [Accessed 1 November 2025]. (in Ukrainian).
- Стаття надійшла до редакції 27.11.2025 р.

O. Shatalovych,**I. Shatalovych****ART THERAPEUTIC TECHNIQUES IN THE CONTEXT OF VISUAL CULTURE: FROM CRITICAL THEORY TO DIGITAL PRACTICE**

This article investigates the crucial need to integrate the critical theory of visibility into the methodology of art therapy. This necessity arises from the contemporary epoch defined by the unprecedented dominance of visual means of communication, widely recognized as the “Visual Turn”. In this context, the image, rather than the text, has become the primary carrier of information and a key shaper of worldview. Modern visual studies philosophy proposes a radical shift in understanding the individual, viewing the subject not as a bearer of stable characteristics but as a dynamic construction formed under the powerful influence of socio-cultural and, particularly, power mechanisms.

Picture Theory, a significant theoretical contribution to visual culture, posits that Western culture has shifted from a textual to a pictorial (visual) model of the world. This epistemological shift provides strong justification for art therapy, as the visualization of inner experience becomes not just an auxiliary tool for verbalization, but a primary, culturally relevant, and epistemologically significant way of understanding being.

The research addresses two fundamental challenges arising from this cultural context: the critical interpretation of the image and the methodological shift.

The first problem concerns the need for art therapists to develop visual literacy to effectively distinguish between authentic, internally motivated images and cultural clichés, ideological codes, and commercially derived visual metaphors absorbed from mass visual culture. The research highlights the clinical risk of “metaphorical clutter”—the unintentional use of aesthetically pleasing but clinically empty “ready-made images” that mask genuine internal conflicts. To overcome this, the therapist must utilize sophisticated interpretation models, such as Hall's mimetic, intensional, and constructivist models, to analyze external cultural codes and prevent mistakenly accepting ideological content as an authentic internal conflict.

The second problem is the methodological evolution of art therapy, marked by a shift from analog materiality (isotherapy, sand therapy) to digital, ephemeral representation. Classic analog techniques provide critical grounding, tactile resistance, and a sense of completion necessary for trauma work. Conversely, the integration of digital art and social media therapy offers unique safety and flexibility. Digital tools, particularly the “Undo” function, allow clients to control, modify, and safely experiment with the visualization of traumatic experience without the risk of an irreversible physical trace.

Social media therapy is identified as a contemporary expressive form specifically addressing the client's network identity—one of the most vivid manifestations of the subject as a socially constructed entity. This practice allows clients to consciously experiment with their constructed identity and analyze the influence of social expectations and technological tools on their self-perception.

The integration of critical visual studies requires the development of new clinical protocols that effectively combine culturological analysis with the clinical framework of art therapy. Crucially, the growth of cyber-therapy demands ethical guidelines for social media therapy, especially regarding the use of social validation mechanisms, such as “likes.” These protocols must be designed to ensure that the process fosters the development of the client's internal self-esteem rather than dependence on external, network validation, which could otherwise undermine core clinical goals.

Future research should focus on validating these integrated clinical protocols, studying the long-term impact of non-tactile digital environments on the therapeutic alliance, and regulating the ethical utilization of social validation mechanisms

Keywords: *cultural studies, philosophy of culture, psychology, art therapy, critical theory of visibility, social media therapy, cultural codes.*