

травматичної ідентичності деструктивного варіанту розвитку.

Дослідження показують, що високий рівень реактивної і особистісної тривожності, своєю чергою, сприяє формуванню низького рівня мотивації досягнення та потреби в досягненні, трансформації ціннісних орієнтацій, пов'язаних із самовизначенням та самореалізацією [2]. Особистість налаштовується не на успіх у своїй діяльності, а на невдачу, не розуміє докладання сенсу будь-яких зусиль, перестає вірити у власні сили.

Задля збереження власної психічної рівноваги чимало громадян застосовують адаптаційні механізми: стратегії регресивного копіюгу (придушення, уникання деструктивних думок, почуттів), відмови від перегляду новин в цілому. Проте варто зазначити, що ЗМІ фактично є джерелом просвіти суспільства, осередком різнобічного культурного розвитку особистості. Постає необхідність реорганізації та доповнення принципів діяльності ЗМІ зі збереженням їх функцій. Важливим є розвиток емоційної грамотності та емоційного інтелекту суспільства, що полягає у вмінні розрізняти емоції (прив'язані до конкретної ситуації), почуття (до конкретних об'єктів) настрої (ставлення до життя в цілому) та керувати ними, відновлювати рівновагу. Декілька ефективних методик пропонує В. А. Климчук [3, С. 61-94]. Оволодіння окремими техніками дозволить не потрапляти в пастки емоційного мислення та надмірного узагальнення, пастки «катастрофізації» та імовірностей [3, С. 244-233].

Засоби масової інформації мають вагомий вплив на особистість, зокрема її мотиваційну сферу. Не завжди цей вплив є конструктивним і спрямованим на розвиток людини. У зв'язку з тим, що ЗМІ можуть порушувати емоційну рівновагу, рекомендуємо виробити загальнодоступні прийоми психологічної емоційно-вольової регуляції для забезпечення поінформованості особистості зі збереженням стійкості її позитивної мотивації до діяльності.

Список літератури

1. Пугачев В. П., Соловьев А. И. Введение в политологию. – М., 1995. – 278 с.
2. Електронний ресурс. Артемова О. І. Професійна самореалізація особистості в сучасних умовах. [Режим доступу]: <http://social-science.com.ua/article/186>.
3. Вилонас В. К. Психологические механизмы мотивации человека.
4. Климчук В. А. Практическая психология, или Как подобрать ключик к любому человеку. 1000 подсказок на все случаи жизни. – Х.: «Клуб Семейного Досуга», 2015. – 416 с.

*Науковий керівник: Хоменко-Семенова Л.О.,
канд. пед. наук, доцент*

УДК 159.92-053.5 (043.2)

Корнієнко Л.І.

Національний авіаційний університет, Київ

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ МИСЛЕННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Метод арттерапії – це особлива форма психокорекції, психотерапії та розвитку особистості, яка відбувається на основі творчості за допомогою різних видів мистецтва (музика, малювання, ліплення, театральні постановки). Арттерапевтичні техніки застосовуються у психокорекції пізнавальних процесів дітей [1, с. 25].

До переваг даного методу можна віднести:

- використання переважно невербального спілкування, що особливо цінне при роботі з розвитком мислення, уяви у дітей дошкільного віку;

- досягнення клієнтом катарсису, звільнення від негативного емоційного досвіду, вивільнення агресії, усвідомлення думок і почуттів, які людина звикла придушувати, а також поступовий розвиток здатності до саморегуляції;

- стимулювання прояву позитивних емоцій, сприяння подоланню апатії, пригніченості, безініціативності, допомагає сформувати більш активну життєву позицію.

Термін «арт-терапія», введений Адріаном Хіллом у 1938 р., визначався як сукупність різних методів всіх видів творчої діяльності, які використовуються у терапевтичних цілях [2, с. 30].

Представник напряму арттерапії Едіт Крамер вважав, що за допомогою творчості можна розкрити внутрішні конфлікти і розв'язати їх.

Арттерапія – це найбільш толерантний метод роботи, контакту з важкими проблемами. Особливо для дітей, які відчувають труднощі у вербалізації всіх своїх внутрішніх переживань і можуть передавати інформацію про наявність проблеми через мову тіла, ліплення, малювання тощо..

Основна мета арт-терапії полягає в гармонізації розвитку особистості через формування здатності самовираження і самопізнання. Арт-терапія ненав'язливо зцілює психіку і дозволяє побачити світ навколо себе прекрасним і гостинним.

У роботі з дітьми частіше за все використовують ізотерапію, пісочну терапію, казкотерапію та музикотерапію. Музикотерапія дає можливість дітям почувати себе в комфортних умовах, поліпшує настрої та налаштовує на позитивний результат. Під час занять з використанням ізотерапії та пісочної терапії, діти фантазують, обговорюють ситуації, налагоджують контакти в групі. Казкотерапія дозволяє дітям розширити свій кругозір, проаналізувати ситуації та обрати ефективний варіант вирішення певних проблем.

Арт-терапія має позитивний вплив на атмосферу у дитячому колективі, налаштовує дітей на позитивну роботу та розвиває наочно- образне мислення у дошкільників, а також дозволяє зробити даний процес радісним, цікавим, успішним, з індивідуальним розвитком для кожного учасника.

Список літератури

1. Малкина-Пых И. Г Гендерная терапия: Справочник практического психолога / И.Г. Малкина Пых. – М.: Эксмо. 2006. – 928 с.
2. Практикум по арт-терапии / под ред. А. И. Копытина. – СПб: Питер, 2000. – 448 с

*Науковий керівник: Доценко Л.В.,
канд. психол. наук, доцент*

УДК 159.9:316.454.52 (043.2)

Кохан Є.Р.

Національний авіаційний університет, Київ

ПРОБЛЕМИ ЖИВОГО СПІЛКУВАННЯ В ІННОВАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Сьогодні новітні технології заповнили увесь простір. Важко знайти людину, яка б змогла прожити хоча б один день без комп'ютера, смартфона,