

## ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ПСИХОТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ У ГРУПОВІЙ ПСИХОКОРЕКЦІЇ

Зацікавленість проблемою застосування психотехніки в різних сферах людського життя існує досить тривалий час, що підтверджується проявом інтересу багатьох вчених. Загалом, автором терміну «психотехніка» є філософ і психолог німецького походження Г.Мюнстерберг, в якому він намагався поєднати всі існуючі спеціальні галузі прикладної психології з соціальною психотехнікою. Вчений поділяв психологію на два види: каузальну та телеологічну. Під каузальною розумілося застосування психології в інших науках, в культурі, а під телеологічною – застосування психології в практичних цілях, тобто психотехніку.

З цього приводу Л.С. Виготський вказував, що психотехніка вперше в психології обрала своїм об'єктом практику, в якій свідомо регулюється психіка людини і в основі цієї практики закладений великий психологічний досвід.

Дослідники означеної проблематики Н.В. Цзен та Ю.В. Пахомов, працюючи в галузі спортивної психології, вказували на необхідність внесення ігор до складу психотехнічних прийомів в процесі підготовки спортсменів. Вчені наголошували на тому, що злагоджена система ігор сприятиме розвитку уваги, уяви, самоконтролю, спілкування, рефлексії, саморегуляції спортсменів. Е.І.Рогов, в свою чергу, розробив систему ігор, адаптував доумовшкільного навчання[2]. Окрім вищезазначених вчених розробкою психотехнічних прийомів займалися також Н.В.Самоукіна, В.В.Петрусинський, Е.Г.Розанова та інші. На сьогоднішній день, поняття «психотехніка» вживається в різних значеннях: сукупність методів саморегуляції, методологія психології, сукупність дій та прийомів психологічного впливу на людину, сукупність дій практикуючого, які направлені на досягнення конкретного результату тощо [1].

Актуальним для нашої роботи є останнє визначення психотехніки, адже воно повною мірою характеризує суть психотехнічних прийомів. Серед них виділяють наступні: дидактичні та спеціальні ігри, рольові ігри, спеціальні вправи, в арттерапії виділяють прийоми малювання, ліплення, конструювання, робота з музичними інструментами та композиціями, танцювальними рухами, тощо [1].

Психотехнічні прийоми застосовуються у таких випадках:

- в якості самостійних технологій для розвитку тих чи інших якостей;
- як елемент більш складних технологій, наприклад, тренінгів.

До основних функцій психотехнічних прийомів відносять:

- 1) навчальну – включає навчання людини технікам направленим на розвиток пізнавальних процесів: відчуття, сприймання, пам'яті, уяви;
- 2) комунікативну – об'єднання групи, сприяння спілкуванню між учасниками;
- 3) релаксаційну – сприяють зняттю емоційної напруги, нейтралізація гострих емоційних реакцій, страхів, тощо;
- 4) розважальну – багато психотехнічних прийомів є цікавими та захоплюючими заняттями [1].

Отже, психотехнічні прийоми є важливим елементом сучасної психокорекції. Вони допомагають вирішити велику кількість психологічних проблем людини, відкорегувати психічні властивості та розвинути пізнавальні процеси. Дані техніки можна застосовувати як самостійно, так і у складі психокорекційних

тренінгів та групової психокорекції.

### **Список літератури**

1. Осипова А.А. Общая психокоррекция/А.А. Осипова – М.: Творческий центр «Сфера», 2007. – 510 с.
2. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения/ Н.В.Цзен, Ю.В.Пахомов – М.: Независимая фирма «Класс», 1999. – 272 с.

*Науковий керівник: Политкіна Л.В.,  
д-р психол. н., професор*

