

Рівненський державний
гуманітарний університет

Студентський дайджест

Збірник наукових матеріалів
здобувачів вищої освіти

№ 7
2023

**Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет**

Студентський дайджест

збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти

Випуск 7

Рівне, 2023

6. Піговська С. Профілактика синдрому професійного вигорання. *Психолог*. 2011. № 14-15. С. 49-54.
7. Психологічна профілактика синдрому «емоційного вигорання» у курсантів вищих навчальних закладів МВС України. URL : <http://surl.li/fsj1q> (дата звернення: 14.03.2023).
8. Скот Д. Конфлікти, способи їх розв'язання. Київ, 1991. 57 с.
9. Хронічна втома – ще не хвороба, але вже й не здоров'я. URL : <http://surl.li/fsjhy> (дата звернення: 25.02.2023).

УДК [159.922.86-056.49:316.613.434]:615.85.7

ПСИХОКОРЕКЦІЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ

Пристаплюю Світлана, здобувач ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія» (Практична психологія), 4 курс, РДГУ
Науковий керівник: Павелків В.Р., доктор психологічних наук, професор

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні наклала відбиток на всі вікові категорії людей, але саме діти підліткового віку (приблизно з 11 до 19 років) є однією із найвразливіших категорій. Оскільки підлітки ще не мають власної, чітко сформованої системи поглядів, життєвих цінностей, моральних переконань та самооцінки, під впливом травматизуючих подій та гострого стресу вони можуть реагувати на події і ситуації по-різному. Однією із можливих реакцій є агресивна поведінка - злісні жарти і насмішки, використання ненормативної лексики, зухвалість, фізична агресія, використання образливої міміки і жестів.

Оскільки, зачасти, при наявності проблем, підлітки замикаються в собі, психологи та психотерапевти не лише в Україні, а й по всьому світу широко використовують засоби арт-терапії з метою психокорекції проблемної поведінки. Адже завдяки використанню творчості арт-терапія допомагає втілювати свої емоції, переживання і проблеми використовуючи такі підручні засоби як: папір, олівці, фарби, тканини і т.д.. У зв'язку з цим процесом в кінцевому етапі відбувається полегшення, адже підліток ніби «виговорується» і проживає свої емоції, негативна енергія трансформується і знаходить вивільнення, що сприяє звільненню особистості від напруги.

Мета дослідження. Дослідити вплив арт-терапевтичних засобів на психо-емоційний стан підлітків під час кризових та травматизуючих ситуацій (умови війни), використання арт-терапії в психокорекції агресивних проявів поведінки підлітків.

Виклад основного матеріалу. В підлітковому віці діти проживають складні біологічні та психологічні зміни організму. Найменша зміна в оточуючому середовищі може викликати агресивну (деструктивну) поведінку, тим більше такі травматизуючі події, як війна, вимушене переселення, життя під окупацією, безпосередня загроза життю і здоров'ю, розлука з близькими, безпосереднє, чи опосередковане переживання насилля. Аналізуючи теоретико-методологічні джерела з теми агресивної поведінки підлітків бачимо, що не існує єдиного визначення для поняття «агресія», чи «агресивна поведінка». Науковці підходять до визначення цих понять з різних точок зору.

Так, Зігмунд Фройд висунув «теорію двох інстинктів». Її суть в тому, що кожна людина має два інстинкти: інстинкт життя та інстинкт смерті. Інстинкт життя дозволяє генерувати енергію, власне, до життя, до розвитку та росту особистості. Натомість інстинкт смерті, навпаки, запускає процеси спрямовані на самознищення людини. Виявом інстинкту смерті являється агресія спрямована на навколишній світ та оточуюче середовище [1].

В термінологічному словнику агресія визначається як поведінка індивіда, чи групи спрямована на спричинення фізичної, чи моральної шкоди, або знищення людини [2; 36].

Загально, в психології, агресією називають таку поведінку, що має на меті заподіяти іншій людині будь-яку шкоду: психологічну, матеріальну, чи фізичну. Агресивна поведінка

знаходить виявлення в таких формах, як: насмішки, пліткування, вживання ненормативної лексики, бунт, цькування, використання образливих жестів та міміки, може доходити і до бандитизму [3; 5].

Зазвичай агресивна поведінка зосереджена на однолітків, у зв'язку з бажанням конкурувати один з одним, хоча не рідко від неї страждають менші діти, батьки, вчителі та інші оточуючі дорослі. В свою чергу це має відображення в усіх сферах життя дитини. Попри негативні наслідки агресивної поведінки в звичайному житті, агресія може бути корисною в критичних, стресових, травматизуючих ситуаціях, таких як війна. Таку позицію займає у своїх роботах Ф.Аллан. Тут агресія розглядається як внутрішня сила, що допомагає індивіду боротися із зовнішніми силами [4].

Досліджуючи наукову літературу з теми агресивної поведінки підлітків можемо узагальнити, що існують фактори, які провокують і «підтримують» таку поведінку. До них відносимо: оточуюче середовище, внутрішньосімейні відносини, телебачення, соціальні мережі, духовний і моральний розвиток підлітка і суспільства в цілому, соціальну, економічну та політичну ситуацію, інше.

Сучасні підлітки живуть у не простому за своєю сутністю і швидкістю змін світі. Адже швидкість розвитку новітніх технологій вражаюча, кількість доступної інформації, на жаль, часто, сумнівної якості, глибоко впливають на підлітка, на формування його життєвої позиції, переконань, цінностей і вибір можливих форм реакцій на ту, чи іншу ситуацію. Також не оминають своїм впливом на не сформовану дитячу психіку і негативні ситуації в екологічній, економічній і політичній сферах. Такі кризи можуть викликати відчуття безвиході, безпорадності, посилювати бажання до протесту, роздратування, агресії.

Останніми роками арт-терапія набуває все більшого розповсюдження, хоча по своїй природі є однією із найдавніших форм психокорекції. Психологи і психотерапевти широко використовують цей напрям в роботі з агресією, травмами, кризами, страхами, конфліктами та ін.. Так само як і інші напрямки, корінням вона сягає клінічної практики. Міркування таких науковців, як Зигмунда Фрейда і Карла Густава Юнга мали безпосередній вплив на розвиток лікування мистецтвом. Саме Фрейду належать перші теорії про несвідоме, на його погляд саме під час мистецької діяльності, або у снах, за допомогою символів знаходять втілення забуті спогади. Юнг, в свою чергу вважав, що творчість - це один із ключових елементів терапії, адже вона допомагає морально відновитись і знайти золоту середину між несвідомим і свідомим «Я», що сприяє саморозвитку [5].

Арт-терапія - це лікування за допомогою образотворчого мистецтва, що має вплив на психоемоційний стан людини [2; 42]. Використовуючи напрям арт-терапії психолог пропонує клієнту мистецькі заняття (малювання, ліпка, декупаж, танець, музика і будь-які інші види діяльності, що активізують творче мислення) і супроводжує його в усіх процесах, які відкриваються під час роботи. Особливістю арт-терапії являється можливість виразити себе, свої емоції і почуття через призму творчості: рухами, звуками, кольором, формою. Під час творчої діяльності включається підсвідоме, відбувається розслаблення, вивільнення емоцій і переживань. Тому цей метод дуже зручно використовувати у роботі з підлітками, які часто закриваються і не мають бажання говорити про свої почуття і емоції.

Важливою відмінністю арт-терапії є те, що її можна використовувати і самостійно, без нагляду спеціаліста, вона не має протипоказань, вікових, чи інших обмежень. Також для використання арт-терапевтичних занять клієнту не потрібно особливої підготовки, оскільки такі заняття не мають ціллю навчати художнім тонкощам і не потребують від учасників наявності творчих талантів. Перш за все метою є робота над психологічними проблемами, тому цей метод можна використовувати і в груповій практиці, адже всі учасники знаходяться в однакових умовах. У випадку застосування групової терапії можна ще й покращити взаємини між членами колективу, допомогти розпочатися новій дружбі і просто покращити емоційний стан в групі.

Першочерговим принципом арт-терапії є підтримка і прийняття всіх творчих виявів особистості, не залежно від їх якості, змістового наповнення та форми.

Завдяки поєднанню здобутків психології, педагогіки і мистецтва маємо цікавий, і в той же час - не складний, спосіб психокорекції поведінки підлітків. Використовуючи засоби даного напрямку можемо розвинути творче ставлення до процесу навчання, взаємодії між однолітками, спілкування з дорослими.

Шкільна освіта і батьківські погляди на виховання дітей більше спрямовані на здобування знань, і менше на розвиток емоційної інтелекту. Але саме за допомогою мистецтва підліток може краще зрозуміти себе, «вилити» свої емоції без заподіяння шкоди собі, чи іншим, розслабитися, покращити настрій, заспокоїтися та врівноважити свій психоемоційний стан.

Адже саме емоційний інтелект (вміння розрізняти, усвідомлювати і керувати власними емоціями, думками та поведінкою, а також аналізувати емоції інших людей) - важлива складова якісної та успішної взаємодії підлітка із однолітками, чи дорослими, усвідомлення його власної важливості та унікальності, становлення адекватної самооцінки та вироблення навички управління своїми емоціями та станами.

Можемо виділити наступні функції арт-терапії:

- діагностична (внутрішньоособистісні переконання та бачення, приховані потреби і бажання, емоційні переживання, наявність травмуючого досвіду);
- комунікативна (спілкування і взаємодія із оточуючими, підтримка загальнолюдських цінностей);
- регуляторна (позбавлення від пережитого стресу, втоми, наповнення і знаходження ресурсного стану);
- корекційна (робота із самосприйняттям і самооцінкою, агресивною поведінкою);
- когнітивна (усвідомлення себе як особистості, розвиток емоційного інтелекту, культурно-моральної складової);
- розвиваюча (розвиток особистості, керування власними емоціями).

Отже завдяки багатofункціональності і відносній простоті спектр використання арт-терапії дуже великий, що дозволяє використовувати дані методи в психології, педагогії, лікарській справі.

Висновки. Отже арт-терапія може бути дуже ефективною в психокорекції агресивної поведінки підлітків, допомагає пізнавати самих себе, а також оточуючих і світ навколо. Засоби даного напрямку дозволяють розвинути емоційний інтелект, зменшити психоемоційну напругу, є хорошим шляхом позбавлення від негативних емоцій і переживань. Тож під час таких складних випробувань, як життя в країні, що перебуває у стані війни, арт-терапія є невід'ємним засобом регуляції поведінки підлітків, адже допомагає переживати втрати і травми м'яким способом.

Список використаних джерел

1. Фрейд З. «Я» и «Оно». Харьков: Фолио, 2000. 1039 с.
2. Екстремальна та кризова психологія: Термінологічний словник / за заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Х.: ХНАДУ, НУЦЗУ, 2010. 291 с.
3. Барон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб.: Питер, 1998. 336 с.
4. Божович Л. И. Психология формирования личности, СПб.: Питер, 1995. 290 с.
5. Луценко О. Арттерапия: творчість для душі, чи серйозний метод. 2021. URL: <https://epsiholog.mcfr.ua/899245>

УДК 159.96:316.62

ФЕНОМЕН ХАРИЗМИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА МІЖОСОБИСТІСНУ ВЗАЄМОДІЮ

Пшенична Ліна, здобувачка ОС «магістр»

спеціальності 053 «Психологія», 1 курс, РДГУ

Науковий керівник: Безлюдна В.І., кандидат педагогічних наук, професор

ЗМІСТ

Артемук О. Вплив стресу на самопочуття людини та її життєдіяльність	3
Баранович І. Вікові особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку...	5
Басалига Т. Посттравматичний стресовий розлад у учасників збройних конфліктів...	7
Болюх Н. Вплив емоцій на психічне здоров'я особистості.....	10
Боровець А. Проблема розвитку особистості в молодшому шкільному віці.....	13
Боса-Мірявець М. Психологічна готовність майбутніх педагогів до професійної діяльності.....	16
Босий-Мірявець В. Комунікативна культура педагога: психологічний вимір.....	20
Бугайчук І. Психокорекція нейрофізіологічних зв'язків у дітей з особливими освітніми потребами.....	23
Гавін Б. Особливості прояву психологічного стресу у людини.....	25
Гонтаренко В. Механізми психологічного захисту дітей.....	28
Гончарук А. Психологічні особливості спілкування у підлітковому віці.....	30
Горбатюк О. Методичні аспекти профілактики девіантної поведінки підлітків	33
Гудовсек С., Павелків Р. Сутність поняття «безпека життєдіяльності» з точки зору психологічної науки.....	34
Дем'янюк В. Психологічний зміст емпатії в контексті морального розвитку молодшого школяра.....	37
Дивульська К., Юрчук О. Особливості роботи психолога у школі в умовах воєнного стану.....	40
Єфімова М. Психологічні особливості дітей вимушених переселенців.....	42
Загородський Д. Психологічні чинники прояву любові у подружніх парах.....	44
Каверіна Б. Особливості конфліктної поведінки у підлітковому віці.....	47
Климчук І. Психологічні особливості емоційної стійкості студентів у період кризи...	52
Ковальчук О., Аладько Т., Ковальчук С. Соціально-психологічні причини поширення алкоголізму в середовищі підлітків.....	55
Ковальчук О., Назарець Л. Особливості дистанційного навчання в системі вищої освіти: недоліки та переваги.....	58
Коренко Д. Психологічні особливості поведінки обдарованих дітей.....	62
Корчака Ф., Корчакова Н. Вплив військової агресії на розвиток національної ідентичності української молоді	65
Котляр О. Психологічні особливості переживання самотності в юнацькому віці.....	66
Кривко М. Вплив сучасної іграшки на психічний розвиток дитини дошкільного віку.	68
Кулакова О. Використання інтерактивних платформ у навчанні іншомовної лексики	72
Курята Н. Вплив війни на життєстійкість українського студентства.....	75
Лаврук Л. Психологічні особливості міжкультурної адаптації переселенців у чужій країні.....	77
Мартюченко К. Креативність як фактор успішної самореалізації особистості.....	80
Мисько Є. Шкільна тривожність підлітків як соціально-психологічна проблема.....	83
Мотруніч І., Юрчук О. Використання інноваційних технологій у процесі фізичного виховання дошкільників.....	86
Нікішина Д. Рефлексія як фактор подолання фрустраційних ставнів у студентів.....	88
Оборська А. Дослідження впливу арт терапії у процесі психологічної корекції девіантної поведінки поранених військовослужбовців під час реабілітації.....	92

Павелків В. Сучасні реалії та їх вплив на розвиток агресивної та деструктивної поведінки молоді.....	93
Парчук Т. Психологічна готовність молоді до сімейного життя.....	96
Подлящук О. Психологічні особливості прояву емоційного вигорання у педагогів....	97
Приступлюк С. Психокорекція агресивної поведінки підлітків засобами арттерапії...	101
Пшенична Л. Феномен харизми та його вплив на міжособистісну взаємодію.....	103
Ряба Л. Фактори формування самооцінки в підлітковому віці.....	106
Сабат Є. Особливості феномена прокрастинації у студентському середовищі.....	108
Семенюк В. Психологічний супровід дітей раннього віку із загальною затримкою мовленнєвого розвитку.....	111
Сизов С. Теоретичний аналіз психологічної реабілітації осіб з алкогольною залежністю.....	112
Стащук А. Особливості використання арт терапії в роботі з молодшими школярами..	113
Тарасюк Л. Музика як чинник впливу на психічний стан особистості.....	116
Тимчак С. Інформаційна гігієна під час війни.....	118
Ткачук О. Соціально-психологічні аспекти сугестивності як фактору узалежнених форм поведінки в юнацькому віці.....	120
Українець В. Віра дітей у Збройні Сили України.....	123
Федорович Р., Опанасюк І. Методи арттерапії як засіб корекції сімейних відносин.....	125
Холод Ю. Формування національної гідності дітей дошкільного віку як проблема дошкільної освіти.....	127
Хома О. Soft skills як феномен професійної компетентності сучасного психолога.....	129
Чорноус Я. Психологічні особливості прояву ейджизму в студентській молоді: теоретичний аспект.....	131
Шевчук В. Соціально-психологічні аспекти дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, що перебувають у складних життєвих обставинах.....	134
Шепель Т. Проблема емоційного вигорання лікарів.....	137
Шишка А., Юрчук О. Адаптивне фізичне виховання як засіб корекції психомоторних порушень у дошкільників із заїкуватістю.....	139
Яковець О. Особливості процесу соціальної адаптації дітей з аутизмом.....	142
Якубовська М. Психологічні особливості формування емоційної стійкості майбутніх психологів в стресогенних умовах.....	145
Яремчук Ю. Статистичні особливості виникнення захворюваності на ПТСР у військовослужбовців.....	149
Ярмошевич В. Експериментальне дослідження використання методу казкотерапії у роботі з дітьми в умовах війни.....	150