

Підсумовуючи, зазначимо: оскільки всі ці шляхи починаються з самого ества людини, базуються на її атрибутивних здібностях, то будуть залишатись актуальними завжди. Звичайно, в сучасних умовах способи і методи реалізації саморозвитку можуть бути необмежено варіативними. Але важливо розуміти, що базис сучасних методик подолання життєвих труднощів незмінно пов'язаний із «збиранням» цілісності людини через її діяльність пізнання і любові. Наприклад, евримічна практика поєднуючи рухи, звуки мовлення, дозволяє пережити тілесний досвід мовлення, який змінює горизонти пізнання і приголомшує відчуттям власної присутності. Тому терапевтичні інструменти, на кшталт групового онлайн курсу АБСР, що містять евримічні практики, безумовно, будуть мати позитивний вплив. Саме наявність базової сутності саморозвитку в певних методиках, програмах, курсах дозволяє їм бути ефективними.

Бібліографічні посилання:

1. Філософський енциклопедичний словник. Київ : Абрис, 2002. 744 с.
2. Бондаревич І.М. Філософія: навчальний посібник. Київ: Алерта, 2013. 240 с.

Бондаренко Наталія Петрівна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та педагогіки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ ТРУДНОЩІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПРОЦЕСІ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ

Подолання життєвих труднощів є основною умовою володіння системою професійно важливих якостей, психологічних знань, навичок та вмінь ефективного розв'язання проблем у процесі професійної діяльності, здатністю до професійного та особистісного самовдосконалення, спроможністю до перетворювальної діяльності і це можливе завдяки використанню психотерапевтичних технологій.

Поліпшення ефективності та оптимізація діяльності фахівця можливі шляхом підвищення ролі свідомого відповідального ставлення до поставлених завдань, процесу і результату діяльності. Зазначене вимагає звернення до категорії професійної відповідальності. Отже, проблема професійної відповідальності стала пріоритетною в забезпеченні ефективності, надійності і безпеки в багатьох видах діяльності. В ході свого становлення та розвитку професійна відповідальність зумовлюється суспільним буттям, невід'ємним структуроутворювальним елементом якого є професійна підготовка.

Вітчизняними та зарубіжними науковцями вивчалися: соціально-психологічні механізми формування професійної відповідальності колективних суб'єктів управління (С. Баранова); відповідальність як зв'язок між індивідом і колективом (О. Іваненко); психологічні детермінанти відповідальності менеджерів (В. Лазорко); процес становлення відповідальності як професійно значущої якості соціального працівника (О. Патинок); зв'язок відповідальності з рольовими професійними обов'язками (К. Муздибаєв); питання смислового змісту феномену (В. Бодров, О. Луценко); відповідальності в контексті особистісної властивості активного суб'єкта життєдіяльності (Л. Дементій).

Мета статті полягає в обґрунтуванні стратегій подолання життєвих труднощів, доцільності використання психотерапевтичних технологій для розвитку професійної відповідальності студентів.

В розробленій нами експериментальній моделі [2] розвитку професійної відповідальності майбутніх фахівців представлено три основні тематичні блоки. Перший блок спрямований на активізацію мотивів соціально-відповідальної поведінки студентів. Соціальна відповідальність виявляється способом свідомої психологічної регуляції

діяльності, яка проявляється у дотриманні норм й інтересів суспільства, та виступає важливим напрямом підготовки фахівців технічних спеціальностей.

Другий блок націлений на стимуляцію професійно важливих психологічних якостей фахівців. Становлення професійної відповідальності нерозривно пов'язане із рівнем суб'єктивного контролю, який, як інтегральна риса індивіда сполучає між собою почуття відповідальності, усвідомлення сенсу життя, готовність до активності. Важливим завданням розвитку професійної відповідальності має бути стимулювання змін в емоційній, вольовій та поведінковій сферах особистості, віднаходження адекватного пояснення власних невдач, моделювання навичок наполегливості у подоланні труднощів.

Метою третього блоку є сприяння розвитку емоційних регуляторів відповідальності. Усвідомлення майбутніми фахівцями об'єктивних критеріїв морального сенсу суспільного блага, внутрішнє усвідомлення свого професійного обов'язку створюють правильні світоглядні орієнтири, які виступають підґрунтям оцінювального ставлення до своїх вчинків у професійній діяльності.

Формувальний вплив на розвиток професійної відповідальності студентів доцільно здійснювати за допомогою професійно-психологічного тренінгу (ППТ). Вибір такої форми організації навчальної діяльності студентів із-поміж інших зумовлюється низкою причин. Цей вид тренінгу заповнює проміжок між функціональним (доведення до автоматизму професійно необхідних умінь та навичок) і власне психологічним тренінгом (проробка актуальних психологічних проблем, саморозвиток учасників) й визначається як навчально-розвивальна технологія, метою якої є формування професійних знань та умінь, становлення особистості як суб'єкта професійної діяльності. ППТ – не лише навчання новим знанням та вмінням, а творчий, переважно спрямований на вирішення інноваційних проблем процес, коли готові рішення відсутні і учасникам необхідно проявляти ініціативу, активність, винахідливість, вміння здійснювати продуктивну спільну діяльність [3].

Найбільш важливою ознакою ППТ, на думку Л. Мороз, є відтворення в модельованих ситуаціях суттєвих компонентів професійної діяльності, виконання тренінгових вправ, які активізують пізнавальні та регулятивні психічні процеси, потреби, мотиви та якості особистості, необхідні для їх практичного здійснення. Завдяки цьому суб'єкт не стільки відтворює, скільки створює (спільно з іншими) нові ідеї та засоби діяльності, наповнює навчально-професійну діяльність особистісним сенсом. Здобути знання й уміння, разом з психічними якостями, утворюють нові «функціональні органи» особистості, яка набуває нових системних властивостей компетентного фахівця.

Стрижневим моментом при розробці психолого-педагогічної програми є визначення адекватних розвивальних заходів. Враховуючи специфіку структурної організації професійної відповідальності, блоки програми було побудовано таким чином, щоб сприяти процесу інтеріоризації зовнішнього професійного контексту: від теоретичних повідомлень у формі міні-лекцій та пропонування зразків поведінки і діяльності (методичний блок) – до їх усвідомлення і включення у пізнавальні та регулятивні структури психіки у вигляді умінь, навичок, настанов щодо відповідальності в професійній діяльності (практичний блок). У практичному блоці сприяння розвитку професійної відповідальності здійснювалося головним чином через застосування комплексу психотерапевтичних та імітаційних тренінгових методів, які використовуються в навчально-розвивальній технології ППТ. Це, рольові ігри та кейс-метод, що застосовуються для імітаційного моделювання ситуації професійного спілкування та взаємодії, апробації варіантів нової поведінки – з метою розвитку професійного мислення, здібності аналізувати професійну ситуацію, формування навичок прийняття рішень за допомогою імітації конкретних умов професійної діяльності. Серед інших засобів впливу – технології арт-терапії, методи гештальт-терапії, виконання психодіагностичних методик, метод метафори.

В рамках професійно-психологічного тренінгу нами застосовувались технології арт-терапії, зокрема, арт-коучингу, головна мета якого полягає в гармонізації розвитку особистості через розвиток здібностей творчого самовираження і самопізнання у професійній діяльності. Унікальність методу арт-терапії в роботі з персоналом багато в чому пояснюється тим, що арт-терапія – метод художньої терапії, заснований на злитті творчості і терапевтичної (або консультативної) практики, спрямований на корекцію емоційної, мотиваційної, комунікативної, регулятивної сфер, і сприяє розвитку особистості. Цей метод надає можливість для дослідження несвідомих процесів і настанов, вираження тих неспроявлених можливостей, соціальних ролей і форм поведінки, які з різних причин слабо виражені і реалізовані в особистому житті і професійній діяльності людини [4, с. 6-7].

Для розвитку моральних складових професійної відповідальності (соціальна відповідальність, громадська свідомість, моральні свідомість, етика відповідальності) ми також використовували метод метафори, зокрема, аналіз притч та розповідей, вирішення моральних дилем. Метод метафори, на думку багатьох авторів є ефективним методом аналізу та осмислення категорій етики, сприяє розширенню свідомості людини за кордони звичних рамок, стереотипів та шаблонів мислення, формальної логіки. Серед основних функцій метафори – наступні: 1) функція дзеркала, оскільки слухачі ототожнюють себе з персонажами притчі та її подіями, що призводить до появи почуття розділеного переживання, сприяє новому погляду на ситуацію; 2) моделі, оскільки кожна розповідь будується навколо певної ситуації та містить моделі її вирішення; 3) опосередкування – абстрактний характер історії полегшує взаємодію і вирішує складності в прийнятті проблеми; 4) зберігання досвіду, оскільки історії легко запам'ятовуються і продовжують працювати навіть після закінчення заняття і участі в програмі.

Експериментальні дані [1] довели, що стратегії подолання життєвих труднощів за допомогою використання психотерапевтичних технологій в процесі розвитку професійної відповідальності студентів піддаються розвивальному впливу за умови впровадження запропонованої програми. Отже, в процесі розвитку професійної відповідальності майбутніх фахівців доцільно застосовувати психотерапевтичні технології.

Бібліографічні посилання:

1. Крошка Н.П. Ефективність впровадження програми розвитку професійної відповідальності майбутніх фахівців ракетно-космічної галузі. Проблеми сучасної психології: зб. наук. пр. Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Запоріжжя, 2019. С. 66–72.
2. Крошка Н.П. Модель розвитку професійної відповідальності в майбутніх фахівців ракетно-космічної галузі. Проблеми сучасної психології : зб. наук. пр. Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Запоріжжя, 2018. №6 (16). С.109–120.
3. Мороз Л.І. Тренінги як засіб розвитку професійно значущих та особистісних якостей. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. 2009. Вип. 23. С. 55-57.
4. Тарарина Е. ART-коучинг. Техники ПРОСТых решений. Київ: САММИТ-КНИГА, 2015. 88 с.

Бородулькіна Тетяна Олександрівна

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

МЕТАФОРИЧНІ АСОЦІАТИВНІ КАРТИ В РОБОТІ З ДИТЯЧОЮ ТРАВМОЮ

Метафоричні асоціативні карти (МАК) вважаємо різновидом проєктивних методів, одним з екологічних експрес-методів у психологічній роботі з дітьми, які наразі є однією з найбільш уразливих і незахищених категорій населення сучасної України. Серед великого розмаїття МАК нами виділено ті, які можна використовувати в роботі з дітьми за такими напрямками: робота з дитячо-батьківськими стосунками; робота з Я-образами та образами Іншого, з різними емоційними станами; робота з дітьми, що постраждали в результаті бойових дій, терористичних актів, природних катастроф, дітьми, що переживають втрату близьких та ін.; робота з негативними неусвідомлюваними станами, страхами й снами; робота з ресурсними станами [1].

Практичний досвід автора у використанні МАК в роботі з дитячою травмою сформувався під час здійснення психологічної роботи з дітьми в приватній практиці та в таких волонтерських проєктах: дитячі групи у літніх таборах МБФ «Нове покоління» (смт. Ворохта, Івано-Франківська область); дитячі групи у рамках Програми реабілітації сімей військових-учасників АТО у період з 19 по 29 вересня 2014 р., організованої МБФ «Нове покоління» у смт. Ворохта; робота з дітьми переселенців із зони АТО у м. Запоріжжі