



**Рис. 2. Відмінності загального рівня емоційного інтелекту в учнів 9-11 класів**

**Висновки.** Отже, емпіричне дослідження показало, що більшості респондентів притаманний високий або середній рівень емоційного інтелекту. Найбільші труднощі у досліджуваних пов'язані із розумінням своїх і чужих емоцій. Водночас хлопці більше спрямовані на управління власними емоціями. У дівчат же вищі показники за шкалою міжособистісного розуміння. Таким чином, у ранньому юнацькому віці розвиток емоційного інтелекту повинен бути спрямований на підвищення здатності до розуміння емоцій, що є одним з найважливіших структурних компонентів емоційного інтелекту.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева И.Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта / И.Н. Андреева // Вопросы психологии. – М., 2007. – № 5. – С. 57-65.
2. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект в бизнесе / Д. Гоулман; [ пер. с англ. ] – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 286 с.
3. Кулганов В.А., Самуйлова Н.Н. Гендерные особенности управления эмоциями в юношеском возрасте // Здоровая личность : материалы международной научно-практической конференции 21-22 июня 2012 года. – СПб. : СПбГИПСР, 2012. – 168 с.
4. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн / Д.В. Люсин // Психологическая диагностика. – 2006. – № 4. – С. 3-22.
5. Носенко, Е. Л. Емоційний інтелект як інтегративна динамічна властивість доброчинної особистості: компонентна структура, рівні вияву / Е. Л. Носенко // Педагогічна і психологічна науки в Україні. – 2012. – Т. 2: Психологія, вікова фізіологія та дефектологія. – С. 200–211.
6. Bar-On R. Emotional Intelligence in Men and Women: Emotional Quotient Inventory: Technical Manual / R. Bar-On. – Toronto: Multi-Health Systems, 1997. 254 p.
7. Mayer J.D. Models of emotional intelligence / J.D. Mayer, P. Salovey, D. Caruso; R. Sternberg. Handbook of Intelligence. – Cambridge: Cambridge University Press, 2000. – pp.396-420.
8. Mayer J.D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence // Intelligence. – N.Y., 1993. – P. 433-442.

*Кав'юк О.*

*Науковий керівник – доц. Чорна І.М.*

#### МЕТОДИ АРТ – ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З УЧАСНИКАМИ АТО

**Актуальність дослідження.** Сучасна суспільно-політична ситуація в нашій державі вимагає суттєвого зростання уваги до засобів та методів діагностики, реабілітації та психологічної допомоги бійцям, що повернулись із зони антитерористичної операції (АТО). Адже після перебування в осередку бойових дій їм потрібна не лише медична допомога у вигляді операцій чи інших фізичних втручань лікарів, процедур і тривалих реабілітацій у випадках поранень, але також кожному учаснику АТО потрібна психологічна допомога. На даний

час в Україні активними темпами розвивається створення різних проектів, курсів, центрів реабілітації та волонтерських груп які допомагають бійцям.

Розв'язання проблеми психологічної та соціальної реабілітації бійців внаслідок збройного конфлікту у зоні АТО вкрай необхідно, адже теорія і практика розробки даної проблеми не відповідає зростаючій нагальній потребі. Очевидною є потреба у науково-прикладному осмисленні особливостей соціально-психологічної реабілітації постраждалих внаслідок збройних конфліктів[5].

Проблема психологічної реабілітації учасників бойових дій стала предметом дослідження Г. Акімов, В. Березовець, В. Гічун, Р. Грінкер, В. Ковтун, О. Коржиков, С. Мироносець, В. Осьодло, В. Стасюк, О. Тимченко, І. Чорна, С. Яковенко, інші.

Учасникам бойових дій, які повернулись із зони АТО, отримавши там сильний психологічний стрес, нелегко адаптуватися до буденного життя та навіть часто самі того не усвідомлюючи вони проносять великий багаж болю, який накопичився у них на протязі усього періоду перебування на Сході. Ті, хто бачив жах війни на власні очі, виживав в умовах війни протягом довгого часу не в змозі подолати ці проблеми самостійно, їм необхідна психологічна допомога, психологічний супровід, інколи протягом тривалого часу.

**Мета:** дослідження потенціалу застосування методів арт-терапії в реабілітаційній роботі з учасниками АТО.

Арт-терапія — один із напрямків психологічної реабілітації засобами мистецтва. Це зміна стану свідомості, розкриття внутрішнього світу та пошук внутрішніх ресурсів. Основне завданням арт-терапії - самопізнання і самовираження для досягнення гармонійного стану особистості. Основний метод - сублімація, тобто перенесення внутрішніх конфліктів, напружень в більш прийнятний для соціуму вид. А саме, в творчість.

Даний метод допомагає побачити і вивільнити негативні емоції і внутрішні переживання цивілізованим способом, не завдавши шкоди оточуючим та середовищу. Він дозволяє пережити їх і змінити, тим самим знявши вантаж важкої життєвої ситуації і полегшивши життя. Іншими словами творчість в тандемі з психологічними прийомами дозволяє заглибитися в своє підсвідоме, де усі страхи, комплекси та інше, виходять на зовні, а саме на аркуш паперу, фігуру з пластиліну, гіпсу, танець т.д.[10].

В бійців, у яких діагностовано ПТСР спостерігаються панічні атаки, депресія, контраст психоемоційного спектру внутрішнього стану з зовнішнім світом призводить до замкнутості та розладів особистості, руйнування сімей. Позбавлення і зняття стресу алкоголем лише посилює проблему та депресію [7].

Малювання, робота з фарбами сприяє розслабленню і зняття нервового та психоемоційного напруження сприятливо діє на зміну стану свідомості. Головним завданням під час роботи стає не створення гарної картини, а малювання заради реабілітації. Перенесення власного внутрішнього болю на папір. З наукової точки зору сутність арт-терапії полягає у терапевтичному і психокорекційному впливі на людину й проявляється у реконструюванні психотравмуючої ситуації з допомогою художньо творчої діяльності, виведенні переживань на зовнішню форму через продукт художньої діяльності, що є досить актуальним для військовослужбовця в умовах сьогодення. Відволікаючись від буденних справ, тривоги, очікувань, в процесі малювання, демобілізовані бійці АТО отримують можливість та радість спілкування в духовній спільноті.

Застосування арт-терапії в роботі з людьми, що пережили психічну травму, здійснюється з перших десятиліть розвитку цього напрямку. Так, наприклад, арт-терапію почали застосовувати ще в роки Другої світової війни і в післявоєнний період з військовослужбовцями, які проходили відновне лікування і реабілітацію в таких країнах, як США і Великобританія. Вже тоді було помічено, що зайняття учасників бойових дій образотворчою творчістю на базі художніх майстерень (арт-ательє) благодійно позначається на їх фізичному і емоційному стані [2, с. 21].

На протязі останніх десятиліть арт-терапію застосовують усе більш активно з різними групами клієнтів з реакціями на важкий стрес і порушеннями адаптації внаслідок пережитої психічної травми - жертвами сексуального і фізичного насильства, терористичних атак і стихійних лих, біженцями та ін. Важливе значення при цьому надається невербальному характеру арт-терапії, багатим можливостям вираження і інтеграції досвід на основі використання невербальної експресії, роботи з образами і екстерналізації переживань. Образотворча діяльність і творча активність в інших її проявах виступають універсальними механізмів відновлення психологічного гомеостазу і адаптації [2, с. 21].

При роботі з психічною травмою і її наслідками можуть використовуватися усі види терапії мистецтвом як окремо, так і в поєднанні один з одним. Такі інтегровані (у плані експресивних модальностей) види терапії, як правило, іменуються полімодальною (інтермодальною) терапією творчістю або терапією виразними мистецтвами (expressive arts therapy) [2, с. 20].

В процесі надання арт-терапевтичної допомоги потерпілим бійцям можуть бути задіяні як невербальні, творчі чинники, пов'язані з художньою експресією (і іншими експресивними модальностями), так і загальніші терапевтичні чинники і механізми, пов'язані з психотерапевтичними і груповими стосунками і вербальною комунікацією. Також не повинні ігноруватися додаткові техніки і прийоми, пов'язані з тією або іншою

терапевтичною системою, - з психодинамічним, особистісно зорієнтованим, когнітивно – поведінковим і іншими підходами. Тому цілком виправдано доповнення технік, ґрунтованих на образотворчій діяльності, техніками сугестивного характеру, релаксацією, десенсибілізацією, когнітивними інтервенціями, навчанням. Таким чином, механізми, пов'язані з творчою, ігровою діяльністю, іншими техніками і терапевтичними прийомами, можуть різною мірою брати участь на різних етапах процесу лікування посттравматичних розладів [2, с.27].

Також, однією із основних заporук покращення стану бійців є те, що спеціаліст, який надає їм психологічну допомогу має бути виключно кваліфікованим фахівцем. Змушені констатувати, що на даний час в Україні психологічною реабілітацією УБД займаються усі бажаючі. Дилетанти, випускники курсів та тренінгів із тренерами без вищої психологічної, чи медичної освіти, озброєні сертифікатами платних курсів, без обмеженого доступу для не фахових учасників, займаються лженаукою, завдаючи шкоди психіці бійців. Згідно п.5 Порядку застосування методів психологічного і психотерапевтичного впливу застосовувати методи психологічного і психотерапевтичного впливу як професійну діяльність має право психолог – фахівець, який має повну вищу освіту за напрямом підготовки «Психологія» (магістр, спеціаліст) [6].

**Висновки.** В результаті проведеного дослідження, встановлено, що:

1. Повернувшись із зони АТО усім бійцям необхідно пройти реабілітаційний курс для полегшення адаптації, зниження рівня тривожності та зниження інших наслідків ПТСР, тобто відновити їхнє психічне здоров'я для полегшення подальшого життя як самих учасників так і їх сімей.
2. Арт – терапія як одна із форм психологічної допомоги учасникам бойових дій являє собою комплекс психокорекційних методів, які мають сприятливий вплив на процеси психологічної реабілітації.
3. Лікування мистецтвом є досить ефективним інструментом, який дає змогу досліджувати ті сторони внутрішнього світу, які важко відобразити словами.
4. Методи арт-терапії дозволяють поринути в себе, розкрити свій невичерпний творчий потенціал, знайти внутрішні ресурси, які б допомогли справитися із важкою ситуацією в житті, ефективно протидіяти стресу та сприяти покращенню психічного здоров'я учасників антитерористичної операції.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бедюк М. В. Особливості реалізації програми «психологічна допомога бійцям АТО та їхнім сім'ям»/ М. В. Бедюк // Психологія: реальність і перспективи: Збірник наукових праць РДГУ. Випуск 6, 2016. С.18 – 21.
2. Копытин А. И. Методы арт – терапии в преодолении последствий травматического стресса / А. И. Копытин. – М.: Когито – Центр, 2014. – 203с.
3. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти : методичний посібник / [упор.: Д. Д. Романовська, О. В. Ілащук] – Чернівці : Технодрук, 2014. – 133 с.
4. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення : методичний посібник / [О. М. Кокун, Н. А. Агаєв, О. І. Пішко та ін.]. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. – 282 с
5. Синишина В. М. Реабілітація учасників АТО методами психологічної допомоги / В.М. Синишина // Актуальні проблеми психології. Зб. наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том XI. Випуск 13, 2015. С.237 – 246.
6. Чорна І. М. Особливості організації психологічної реабілітації учасників АТО та членів їх сімей / І.М.Чорна //Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії: збірник матеріалів, доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції Маріуполь, 2018. – С.274-277
7. «АРТ постріл» — проект реабілітації бійців АТО та їх родин засобами мистецтва [Електрон. ресурс] / Режим доступу: <http://555art.org.ua/news/art-postril/art-postril-blagodiinyi-volonterskyi-proekt-reabilitatsii-biitsiv-ato-ta-yikh-rodyn-zasobamy-mystetstva/>
8. Коли людина повернулася з АТО, а її психіка – ні... [Електрон. ресурс] / Режим доступу: <http://www.day.kiev.ua/uk/article/cuspilstvo/koly-lyudynapovernulasya-z-ato-yiyi-psyhika-ni>
10. Реабілітація воїнів АТО через мистецтво [Електрон. ресурс] / Режим доступу: <http://www.dobrodel.org.ua/project/596/>
11. Встреча клуба «Довіра» 4 апреля. Занятие по арт-терапии [Електрон. ресурс] / Режим доступу: <http://vostok-sos.org/vstrecha-kluba-dov-ra-4-aprelya-zanyatie-po-art-terapii/>

Сорока В.

Науковий керівник – доц. Турко О.В.

## ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У РОБОТІ НАД СИНТАКСИЧНИМИ ОДИНИЦЯМИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

У структурі сучасного уроку початкової школи поряд із традиційними методами навчання застосовують й інноваційні. Водночас доцільно пам'ятати, що будь-яка педагогічна технологія буде мертвою, якщо не розглядати її як цілісну систему в єдності компонентів і взаємозв'язків. Описати хід дій використання технології – це одне, а реалізувати її на уроці – це зовсім інше. У цьому відіграє велику роль особистість конкретного вчителя, його професійні та творчі здібності. З огляду на сказане, важливою проблемою реформування освіти