

# РОЗДІЛ 1

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ

УДК 159.222

### ПРОФІЛАКТИКА ПСИХОСОМАТИЧНИХ РОЗЛАДІВ МЕТОДОМ АВТОРСЬКОЇ ТРАНСФОРМАЦІЙНОЇ ГРИ «КЛЕВЕР УДАЧІ»

**Білова О. Є.,**

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти  
Приватного вищого навчального закладу  
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука» (м. Рівне, Україна)*

**Науковий керівник: Михальчук Ю. О.,**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Приватного вищого навчального закладу  
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука» (м. Рівне, Україна)*

**Анотація.** Проаналізовано зарубіжні дослідження щодо впливу військових конфліктів на психічне здоров'я людини. Використано опитувальники для діагностики стану у різних вікових групах. Отримані результати вказали на необхідність удосконалення діагностичних підходів в напрямку психосоматики. Розроблена та апробована авторська психологічна трансформаційна гра «Клевер Удачі» як метод психологічної діагностики. Робота служить основою для подальших досліджень у сфері психологічних діагностичних практик.

**Ключові слова:** психологічна діагностика, наслідки війни в Україні, психічне здоров'я людини, психосоматика, метафоричні асоціативні карти, психологічні трансформаційні ігри.

**Abstract.** Analyzed the impact of military conflicts on human mental health. Utilized a questionnaires to determine of the condition in different age groups. The obtained results indicated indicated the need to improve diagnostic approaches in the direction of psychosomatics. Developed and tested author's psychological transformational game "Clover of Luck" as a method of psychological diagnosis. The work serves as a basis for further research in the field of psychological diagnostic practices.

**Keywords:** *psychological diagnosis, consequences of the war in Ukraine, human mental health, psychosomatics, metaphorical associative maps, psychological transformational games.*

В умовах російської повномасштабної війни роль психолога у закладах освіти є надзвичайно важливою. Адже, психологічно-педагогічний супровід освітнього процесу покликаний не тільки забезпечити простір для розвитку кожної особистості, а й впроваджувати інноваційні методи з метою вчасної корекційної роботи, а також профілактики розвитку психосоматичних розладів.

У психологічній науці експериментальна база вивчення впливу військової агресії громадян різних держав була закладена вченими: Г. Вагнер, П. Глік, У. Хаммаш (Палестина); доктор Рут Пат Хоренчик (Ізраїль); Х. Контесс, С. Пауелл, А. Сольдо (Боснія) та іншими.

У психологічній літературі поки що мало даних про вплив військових конфліктів на психічне здоров'я людини, а також достатньої кількості різноманітних методів психологічної корекції розладів особистості, які забезпечать якісний індивідуальний підхід.

Важливою методикою у вітчизняній практичній психології, яка призводить до розширення свідомості респондента та усунення ригідних якостей, які дисфункціонально впливають на життя клієнта і породжуються минулим травматичним досвідом, є робота з використанням психологічних трансформаційних ігор (т-ігор).

*Мета дослідження:* теоретично обґрунтувати й експериментально дослідити психологічні наслідки російської агресії щодо українського народу; розробити, апробувати та впровадити метод психологічної діагностики – т-гру.

*Завдання дослідження:*

1. На основі теоретично-методологічного аналізу з'ясувати вплив військових конфліктів на психічне здоров'я людини.
2. Діагностувати наслідки впливу війни на учнів, батьків, педагогів, керівників.
3. Розробити та експериментально перевірити метод психологічної діагностики – авторську трансформаційну гру «Клевер Удачі».

Статистика Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) свідчить, що через збройні конфлікти в світі близько 10 % людей, які пережили означені події, матимуть у подальшому серйозні проблеми із психічним здоров'ям, ще у 10% людей спостерігатимуться поведінкові зміни, які заважатимуть раціональному й ефективному функціонуванню у соціумі. Встановлено, що найпоширенішими негативними психічними проявами є тривога, депресія, та психосоматичні проблеми – безсоння, різноманітні болі в області живота та спини. Результати досліджень наслідків громадянської війни у Камбоджі в 1960-х роках у біженців,

проведені через десять років після подій, свідчать про наявність у них високого рівня психіатричної симптоматики. Встановлено, що, не зважаючи на належний доступ до отримання якісних медичних послуг, понад 80 % опитаних відчували депресію та мали низку психосоматичних проявів [6].

В рамках річного робочого плану практичного психолога у Рівненській гімназії було проведено низку діагностик для учнів молодшої ланки – діагностика розвитку довільної сфери «Будиночок Гуткіна», діагностичний зріз «15 квадратів», визначення розумового розвитку Е. Ф. Замбацявічене, коректурна проба Тулуз-П'єрона; для учнів середньої ланки – оцінка рівня тривожності Філіпса, рівень шкільної мотивації (Н. Г. Лусканова), ДВОР (З. Карпенко); для учнів старшої ланки – самооцінка психічних станів (Г. Айзенк), для батьків, педагогів та керівництва – акцентуації характеру Шмішека. Жодна діагностика не дала вичерпної характеристики з питань психосоматичних захворювань, тому для дітей був адаптований та апробований авторський метод, – трансформаційна гра «Клевер удачі», – який показав свою високу ефективність у попередньому багаторічному практичному досвіді із дорослими.

Трансформаційна гра «Клевер удачі» (автор Білова О. Є.) складається з поля гри, бланку гри та авторських метафоричних карт «Фільмотерапія» (50 карт із чоловічими персонажами та 50 карт із жіночими персонажами):

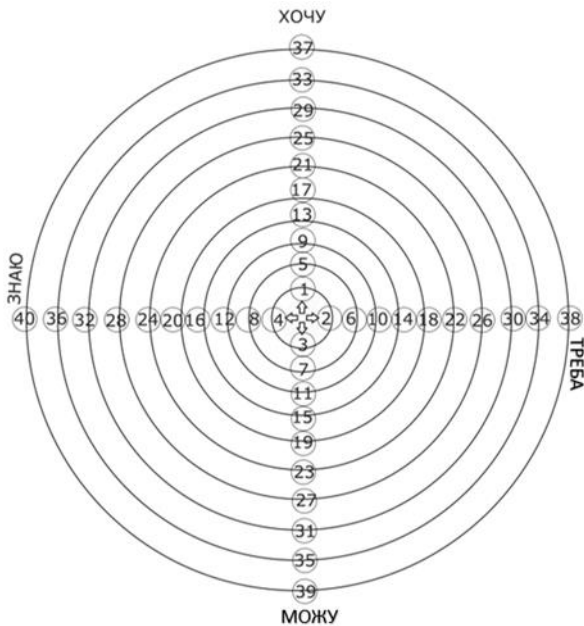


**Мал. 1. Обкладинка МАК "Фільмотерапія"**



**Мал.2. Набір МАК "Фільмотерапія"**

Рух по полю лабіринту відбувається за допомогою кубиків з різною кількістю граней (3, 6, 9) та карток-підказок.



**Мал. 3. Поле т-гри «КЛЕВЕР УДАЧИ»**

Т-гра розпочинається з формулювання актуального запиту, вибору учасником метафоричних карт (актуального стану та шляху взаємодії з іншими людьми), а також точки відліку. Відповідно до осі значення сходинок будуть мати точку зору ЗНАЮ, ХОЧУ, МОЖУ або ТРЕБА.

Є специфіка в проведенні т-гри для дорослих та для дітей.

Для дорослих поле гри ділиться на чотири участки:

1-й участок (12 сходинок): «Опора на позитивні чи негативні емоції?» Значення сходинок зі списками особистісних якостей, з яких треба обрати 1-3 якості відповідно до точки зору у своєму бланку: ЗНАЮ, ХОЧУ, МОЖУ чи ТРЕБА.

2-й участок (12 сходинок): «Шляхи для самореалізації?» Значення сходинок з основними етапами на шляху розвитку особистості, з акцентом на фінансові аспекти.

3-й участок (12 сходинок): «Відчуття задоволеності?» Значення сходинок з атмосферами, які виникають під час взаємодії між людьми (13 типів відносин).

4-й участок (4 сходинок): «Мотивація?» Значення сходинок з чотирма можливими способами проявлення (вогнь, вода, земля, повітря) та їх комбінації.

Підказки гри можуть висвітлювати страхи, ілюзії, лінь, необхідність прийняття рішення – для опрацювання яких використовуються додаткові метафоричні карти та психологічні техніки.

Для дітей 40 значень сходинок мають бути довільними, обраними зі списку. На даний момент список особистісних якостей в роботі практичного психолога складається з 725 якостей.

Різноманітне наповнення значень сходинок **забезпечує цілісний підхід**, а визначення учасником (на початку гри) точки відліку – **забезпечує індивідуальний підхід**.

Хід гри записується у спеціальному бланку.

По завершенні т-гри учасник обирає із набору МАК свою «Можливість із майбутнього» та опрацьовуються результати.

Відповідно до системно-феноменологічного підходу, круги значень сходинок відповідають системі в організмі людини. Задіяність сходинок говорить про роботу відповідних органів, багаторазове повторення одних і тих же сходинок говорить про перенапруженість відповідних органів, а незадіяність сходинок говорить про виражену психосоматику.

#### ОБРОБКА РЕЗУЛЬТАТІВ

Круги				Система	Психосоматика
1				Опорно-рухова	Побоювання руху вперед, відсутність мети, небажання йти без підтримки, в якомусь напрямку і діяти.
2				Сечостатева	Перекручені ідеї про тіло та життя – брудні, грішні, вина сексуальності.
3				Шлунково-кишкова	«Не перетравлення» людини чи ситуації, невміння взаємодіяти конструктивно та відпускати непотрібні зв'язки.
4				Дихальна	Небажання, страх жити повним життям.
5				Серцево-судинна	Замороженість почуттів, недостаток любові та радості.
6				Ендокринна	Негнучкість, жорсткість у підході до проблем.
7				Нервова	Гнів, коли не маєш права виплеснути.
8				Імунна	Образи, розчарування у житті.
9				Переварювання та засвоєння їжі (Швидкість обробки інформації)	Неготовність до новизни, змін. Важливо: НЕ СКАРЖИТИСЯ! НЕ КРИТИКУВАТИ! НЕ ОБРАЖАТИСЯ!
10				Шкіра	Занижена самооцінка.

#### БАЛАНС


Мал.4. Бланк т-гри "КЛЕВЕР УДАЧІ"

Також дорослий учасник підраховує кількість сходинок по осі ЗНАЮ, ХОЧУ, МОЖУ ТРЕБА та підраховує чи є у його системі «Баланс». Наприклад, рівна кількість Знаю(3)+Хочу(2) і Треба(1)+Можу(4); 5=5,

Баланс є. Дисбаланс, тобто значна різниця по кожній осі (наприклад, Хочу 9 сходинок, а Знаю 1 сходинок, Можу і Треба – 0) підтверджується учасником.

Психологічна трансформаційна гра «Клевер Удачі» є ефективним інструментом в роботі практичного психолога в напрямках психологічної діагностики стану дітей, батьків, педагогів, керівників: допомагає не тільки виявити причини психосоматичних розладів (за умови, що запит найактуальніший – те, що дійсно хвилює людину), а й розвиває особистісні якості особистості, тренує вміння їх розпізнавати, цінувати різні точки опори (не тільки ті, які сприймаються позитивно, а й негативні) та вибудовувати адекватну самооцінку.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Білоус О. В. Вікова психологія: Навчальний посібник. Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2015. 108 с.
2. Боришполь С. В. Посібник практичного психолога: психодіагностика, тестування, розробка уроків психічного розвитку. Херсон: Основа, 2009. 267 с.
3. Ерік Берн. Ігри, у які грають люди. Харків: КСД, 2021.
4. Т. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2012. 280 с.
5. Грицюк І. М. Основи психосоматики: методичні матеріали для студентів спеціальності «Практична психологія. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 27 с.
6. Massad S.G., Shaheen M., Karam, R. et al. Substance use among Palestinian youth in the West Bank, Palestine: a qualitative investigation. BMC Public Health. 2016. 800 p.

УДК 378:331.108.2-057.212

## ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ КОНТЕКСТНОГО НАВЧАННЯ У ПРОЦЕС ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ

**Бляшин І. Я.,**

*здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти  
Приватного вищого навчального закладу  
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука»  
(м. Рівне, Україна)*

**Науковий керівник: Красовська О. О.,**

*доктор педагогічних наук, професор  
завідувач кафедри теорії та методик початкової освіти  
Приватного вищого навчального закладу  
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет  
імені академіка Степана Дем'янчука»  
(м. Рівне, Україна)*