

**АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць

Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

16 травня 2025 р., м. Одеса

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
STATE INSTITUTION "SOUTH UKRAINIAN NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY NAMED AFTER K.D. USHYNsky"
MOLDOVA STATE UNIVERSITY
UNIVERSITY OF THE NATIONAL EDUCATION COMMISSION, KRAKOW
VILNIUS UNIVERSITY
JOHNS HOPKINS UNIVERSITY
ODESA NATIONAL ECONOMIC UNIVERSITY
KHARKIV NATIONAL PEDAGOGICAL
UNIVERSITY NAMED AFTER H. S. SKOVORODA
CLASSICAL PRIVATE UNIVERSITY
VASYL' STUS DONETSK NATIONAL UNIVERSITY**

**ACTUAL PROBLEMS
OF PRACTICAL PSYCHOLOGY**

Collection of scientific works
International Scientific and Practical Internet Conference

May 16, 2025

Odesa – 2025

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ МОЛДОВИ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ КОМІСІЇ НАРОДНОЇ ОСВІТИ В КРАКОВІ
ВІЛЬНЮСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ
УНІВЕРСИТЕТ ДЖОНСА ГОПКІНСА
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г. С. СКОВОРОДИ
КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Збірник наукових праць
Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

16 травня 2025 року

Одеса – 2025

UDK 001+159.9 (063)
ВБК 72+88.4

ЗМІСТ

Секція І.

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КЛІНІЧНА ДІАГНОСТИКА В ПСИХОАНАЛІЗІ Ж. ЛАКАНА	
Азарова Ю. О.....	23
ПСИХОЛОГІЧНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ТА КОГНІТИВНА ГНУЧКІСТЬ: ТОЧКИ ПЕРЕТИНУ І ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ	
Беляєвська Т.В.....	28
ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА СПРИЙНЯТТЯ СТРЕСУ У МОЛОДІ	
Корнієнко А. С., Чебикін О. Я.....	31
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ У ПРОЦЕСІ АДАПТАЦІЇ ДО ЗМІН СЕРЕДОВИЩА	
Гвоздкова І. В.	35
ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ЖІНОК ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ТА ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ	
Желтова А. О., Карпич І. А.	37
ЕФЕКТИВНІСТЬ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОГРАМ ПІДТРИМКИ РОДИН ЗАГИБЛИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
Козлова Г.С., Велитченко Л. К.	40
МЕНТАЛІЗАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ІНТЕГРАЦІЇ АФЕКТИВНОГО ДОСВІДУ ТА КОГНІТИВНОЇ РЕФЛЕКСІЇ У ФОРМУВАННІ ЦІЛІСНОГО САМОВІДЧУТТЯ: МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ, ПОРУШЕННЯ ТА ШЛЯХИ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ ПІДТРИМКИ	
Конатовська-Манакова Я. Ф., Фрунзе О.В.....	44
АРТТЕРАПІЯ ЯК ЕЛЕМЕНТ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ SOFT SKILLS МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ	
Черненко О. М., Кочерга Є. В.	47
ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИГОРАННЯ МОЛОДІ	
Посенко Т. О.	50
ЗМІЦНЕННЯ СИСТЕМИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК НАПРЯМ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	
Захарченко Л.А., Поспелова І.Д.	52
ВПЛИВ ТИПОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	
Путнокі І. О., Полунін О. В.....	56

9. Fonagy P., Luyten P., Strathearn L. The impact of early adversity on the development of mentalizing: Implications for attachment-based interventions. *Developmental Psychopathology*. 2011. Vol. 23, No. 3. P. 711–728.
10. Linehan M. M. *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York: Guilford Press, 1993. 558 p.
11. Bateman A., Fonagy P. Mentalization based treatment for borderline personality disorder. *World Psychiatry*. 2010. Vol. 9, No. 1. P. 11–15.
12. Allen J. G. *Mentalizing*. Washington, DC: American Psychiatric Pub., 2003. 305 p.
13. Allen J. G., Fonagy P. *Mentalizing: Theory, research, and clinical applications*. In: Elliott A., ed. *Attachment and psychoanalysis*. New York: Routledge, 2003. P. 19–42.

АРТТЕРАПІЯ ЯК ЕЛЕМЕНТ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ SOFT SKILLS МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Черненко О. М., Кочерга Є. В.

Бердянський державний педагогічний університет

На сьогодні професія психолога має підвищений попит. Причинами цього є пришвидшення темпу життя, зростання кількості стресів, постійні соціальні зміни та кризи. У нашій країні попит на психологів значно зріс у зв'язку з війною, оскільки і дорослі і діти потребують постійної психологічної підтримки, допомоги в переживанні важких емоцій, горя, втрат. Психолог має володіти не лише професійними знаннями, але й мати розвинуті «м'які навички» – soft skills, які можуть допомагати у роботі з людьми. Отже, актуальним є питання формування soft skills психологів, зокрема і майбутніх психологів під час їх професійної підготовки. Однією з дисциплін, при вивченні якої у здобувачів освіти формуються soft skills є дисципліна «Арттерапія».

Мета публікації: розкрити можливості формування soft skills майбутніх психологів в процесі вивчення дисципліни «Арттерапія».

Аналіз наукових джерел дає підстави говорити про те, що єдиного підходу до визначення та класифікації soft skills немає. На щорічному міжнародному економічному форумі в Давосі оновлюються топ-10 навичок, якими має володіти конкурентоздатний фахівець. У 2025 році такими навичками є: «аналітичне мислення та інноваційність; активне навчання та навчальні стратегії; комплексне вирішення проблем; критичне мислення та аналіз; креативність, оригінальність та ініціативність; лідерство і соціальний вплив; використання, моніторинг і контроль технологій; проектування технологій та програмування; стійкість, стресостійкість та гнучкість; аргументованість, вирішення проблем та генерування ідей» [5].

Проаналізувавши вакансії психолога на сайті roboota.ua Т. Михеєва визначила soft skills, якими має володіти психолог на думку роботодавців в Україні. Такими навичками є: «організаційні навички; тайм-менеджмент; навички міжособистісного спілкування; гнучкість та адаптивність; здатність працювати в команді; здатність працювати у складних умовах і контролювати рівень особистого стресу; творчість; здатність до постійного самонавчання; здатність розв'язувати проблеми; цілеспрямованість; аналітичні здібності» [3, с. 44-45].

Для підготовки висококваліфікованих психологів у Бердянському державному педагогічному університеті (БДПУ) розроблено освітньо-

професійну програму «Психологія» першого рівня вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки [4].

Дисципліна «Арттерапія» вивчається здобувачами освіти на 4 курсі. Дисципліна має 3 кредити, з них 12 годин лекційних та 12 годин практичних занять. Дисципліна є обов'язковим компонентом циклу професійної підготовки майбутніх психологів і передбачає вивчення загального поняття про арттерапію, психотерапевтичні концепції арттерапії та окремі види арттерапії (ізотерапія, мандалотерапія, казкотерапія, терапія МАК, медіаарттерапія, пісочна терапія).

На нашу думку, пріоритетом під час вивчення майбутніми психологами арттерапії є практична спрямованість курсу. До кожного виду арттерапії, який розглядається на заняттях, необхідно підбирати відповідні методики і техніки, пояснювати їх виконання, частину виконувати в синхронному режимі, частину в асинхронному з обов'язковим обговоренням результатів виконання вправ.

Дослідники зазначають, що «мистецтво приносить людям позитивні емоції, розкриваю внутрішній потенціал особистості, сприяє самопізнанню та вмінню представити себе іншим. Мистецтво відкриваю творчість у людині, а творчість – це можливість відпустити себе, вона даю людям свободу висловлювати свої думки. Мистецтво є інструментом спілкування між людьми, якому не потрібна звичайна мова. У якості мови мистецтво використовує образ, символ, колір, звук, рух, дотик, вираз обличчя. І це особлива мова мистецтва є зрозумілою для людей будь-якої національності, віку, статі, соціальної приналежності» [1, с. 82; 2]. Таким чином арттерапія через творчий підхід найбільш екологічно впливає на людину, тому її потенціал можна використовувати для формування soft skills майбутніх психологів.

У контексті розвитку soft skills арттерапія сприяє розвитку емоційного інтелекту. Для цього використовуються вправи на розпізнавання та керування емоціями й почуттями. У груповій роботі під час обговорення результатів виконання вправ або під час виконання групових арттерапевтичних вправ здобувачі освіти розвивають комунікативні навички, навички міжособистісного спілкування та вміння працювати в команді. Креативність, нестандартне мислення та генерування ідей розвиваються при експериментуванні з різними матеріалами, формами та образами. Гнучкість та адаптивність розвиваються за рахунок того, що у творчому процесі немає «правильного» і «неправильного», усе, що створене є відображенням внутрішнього світу конкретної людини, а отже є унікальним і таким, що має бути прийнятим. Виконуючи арттерапевтичні вправи майбутні психологи перш за все вчаться здійснювати саморефлексію через аналіз власних переживань і мотивів, розуміння своїх сильних та слабких сторони. Арттерапія позитивно впливає на стан психічного здоров'я. Це сприяє підвищенню стресостійкості особистості. Отже, як бачимо, дисципліна «Арттерапія» має значний потенціал щодо розвитку soft skills майбутніх психологів.

Підсумовуючи, можемо сказати, що soft skills є важливими навичками, які мають бути сформовані у здобувачів освіти – майбутніх психологів. Дисципліна «Арттерапія» займає особливе місце поряд з іншими дисциплінами циклу професійної освітньо-професійної програми підготовки майбутніх психологів. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у можливості обґрунтування та

розробки теоретичної моделі формування soft skills майбутніх психологів у процесі вивчення арттерапії та перевірки її ефективності.

Література:

1. Кочерга Є. В. Засоби арт-педагогіки та арт-терапії як основа профілактики емоційного вигорання. *Психологія кризових станів: наука і практика*: Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 4-6 листопада 2021 року) / за ред. С. Д. Максименка, В. В. Турбан. Київ, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2021. С. 82–84. URL: <http://surl.li/gmzcp>
2. Кочерга Є. Мистецтво як інструмент миру. URL: <https://naurok.com.ua/stattya-mistectvo-yak-instrument-miru-140784.html>
3. Михеева Т. Формування Soft Skills у майбутніх практичних психологів в процесі вивчення дисципліни «Математичні методи в психології». *Вісник Національного авіаційного університету*. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук. пр. Київ: НАУ, 2024. Вип. 1(24). С. 42–47. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/66086>
4. Освітньо-професійна програма «Психологія» першого рівня вищої освіти зі спеціальності 053 Психологія галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки. Бердянськ, 2024. 23 с. URL: <https://bdpu.org.ua/wp-content/uploads/2024/06/OPP-053-Psykholohiia-BDPU.pdf>
5. ТОП-10 робочих навичок для 2025 року. URL: <https://nmcprk.ipf.npu.edu.ua/rinokpraci/top10>