

теоретичної та практичної готовності до успішного здійснення професійної діяльності.

Узагальнюючи викладений матеріал, можна констатувати, що впровадження компетентнісного підходу в систему вищої освіти в Україні є свідченням успішної модернізації системи освіти за рахунок зміщення акценту із знаннєвої парадигми освіти, що спрямована на накопичення студентами знань, умінь та навичок, до компетентнісної парадигми, в основі якої лежить здатність майбутнього фахівця успішно використовувати набуті знання в стандартних та нестандартних ситуаціях професійного спрямування. Компетентнісний підхід гарантує високий рівень та результативність підготовки майбутніх психологів та забезпечує їх спроможність відповідати новим запитам сьогодення.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо в розробці соціальнопсихологічного тренінгу, спрямованого на формування професійних компетентностей у майбутніх психологів під час фахової підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гулай О. І. Компетентнісний підхід як основа нової парадигми освіти. *Педагогічні науки*. 2009. №4. С.45-51.
2. Драч І. І. Компетентнісний підхід як засіб модернізації змісту вищої освіти. *Проблеми освіти: наук. зб.* К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОН України. 2008. Вип. 57. С. 44-48.
3. Компетентнісний підхід у професійній підготовці майбутніх психологів : моногр. / авт. кол.: під наук. ред. Лозової О. М. Вінниця: Віндрук, 2014. 184 с.
4. Пометун О. І. Дискусія українських педагогів навколо питань запровадження компонентнісного підходу у українській освіті.
5. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи. К.: «К.І.С.», 2004. 112 с.
6. Чепелева Н. В. Теоретичне обґрунтування моделі особистості практичного психолога. *Психологія: збірник наукових праць*. Вип. 3. К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 1998. С. 35-41.

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ЛЮДЕЙ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: РЕСУРС ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ

Кірячок Н. В., Атаманчук Н. М.

*Центр культури та розвитку «Горизонт»,
Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка
natagestaltterapist@gmail.com, nina.atamanchuk@gmail.com*

Психологічна підтримка людей в умовах воєнного стану є надзвичайно важливою, оскільки війни можуть призводити до серйозних травм та психологічного стресу військовослужбовців,

цивільних осіб та всього суспільства. Застосування технік гештальт-терапії при роботі з клієнтами в умовах воєнного часу розглядає важливий аспект використання гештальт-терапії в психологічній підтримці людей під час війни. Вона базується на принципах гештальт-психології, яка ставить акцент на усвідомлення, взаємодію, саморефлексію та відновлення цілісності особистості.

У ситуаціях воєнного стану, робота гештальт-терапевта набуває особливого характеру. Виклики, які стоять перед гештальт-терапевтом в умовах війни, включають в себе розуміння і відповідь на потреби і психологічні процеси клієнтів, встановлення контакту та створення простору безпеки, де важливі розуміння тепло і підтримка.

Зокрема, в контексті воєнного часу, фон навколишнього середовища надзвичайно мінливий. Саме тому гештальт-терапія стає дуже значущою, оскільки спрямована на розвиток усвідомлення тут і зараз, а також розуміння того, що відбувається в дану мить.

В реальності, де події розгортаються дуже швидко, гештальт-терапевти володіють унікальною здатністю повертати клієнта до його тілесних відчуттів, усвідомлення, можливості проживати і переживати свої почуття поряд з терапевтом.

Наведемо деякі аспекти, які можна враховувати при наданні психологічної підтримки в умовах воєнного стану з використанням гештальт-терапії:

– зорієнтованість на тут і зараз. Гештальт-терапія сприяє усвідомленню поточного моменту, допомагаючи людям відчувати та зрозуміти свої емоції, реакції на події в реальному часі. Це надзвичайно корисно для керування стресом та тривожністю під час воєнних подій;

– збереження цілісності особистості. Гештальт-терапія допомагає людям відновлювати свою ідентичність та з'ясувати, як вони ставляться до власного досвіду і втрат;

– відновлення внутрішнього ресурсу. Гештальт-терапія сприяє розвитку внутрішніх ресурсів людини, таких як рішучість, толерантність до несправедливості та стійкість;

– підтримка в міжособистісних відносинах. Гештальт-терапія розвиває навички спілкування та взаємодії, що допомагає у покращенні взаємин між людьми в умовах конфлікту;

– робота з травмами. Гештальт-терапія може допомогти в роботі з посттравматичним стресовим розладом та іншими психологічними наслідками війни.

Важливо пам'ятати, що психологічна підтримка в умовах воєнного часу вимагає компетентних фахівців, які розуміють особливості ситуації та мають досвід роботи з подібними ситуаціями. Також необхідно розглядати інші підходи та методи психотерапії для вибору найбільш ефективного для конкретної допомоги клієнту в складній життєвій ситуації, яка обумовлена війною.

САНОГЕННЕ МИСЛЕННЯ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДОРΟΣЛОЇ ЛЮДИНИ В УМОВАХ ПОСТІЙНОГО ВПЛИВУ СТРЕСОВИХ ФАКТОРІВ

Ковальова М. Г.

*Полтавське районне управління поліції ГУНП в Полтавській області
kovalovamarina@ukr.net*

Умови, створені сучасністю, спонукають людину обирати право вибору жити в стресі чи справлятися із ним шляхом найбільш доступних ресурсів. Одним із таких шляхів є спосіб мислення саногенно, тобто розсудливо, що суттєво знижує вплив стресових факторів на людину.

Мета статті – показати ефект від саногенного мислення для можливості дорослої людини покращувати свій психоемоційний стан в умовах постійного впливу стресових факторів.

Як зазначає Гільман А., проблемі саногенного мислення присвячені роботи зарубіжних (Р. Бернс, К. Бютнер, Д. Джампольскі, М. Джеймс, Д. Джонгвард, Е. Ле Шан, М. Раттер, З. Фрейд, К. Хорні та ін.) та вітчизняних вчених (Ю. Орлов, М. Александровска, А. Добровіч, І. Дубровіна, А. Захаров, М. Козлов, В. Леві, В. Семке та ін.). Загалом автори у своїх працях звертають увагу на окремі форми прояву саногенного мислення, а також конкретні прийоми формування його елементів. У вітчизняній психології найбільш помітною концепцією психічного і соматичного здоров'я, що оперує поняттями продуктивного мислення і поведінки, є теорія саногенного мислення Ю. Орлова [1]. Вплив застосування саногенного мислення для покращення психоемоційного стану дорослої людини в умовах постійного впливу стресових факторів є недостатньо висвітленою.

Сучасність створила умови для дорослої людини, в яких вона постійно перебуває під впливом стресових факторів. Загалом, кожна людина здатна реагувати на стрес по різному. У даній публікації піде мова про негативний вплив стресових