

З. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості. Київ : Либідь, 2014. 256 с.

Одержано 19.03.2020

*В тезисах изложены результаты исследования особенностей эмоционально-волевой сферы студентов. Выявлены расхождения в самоконтроле эмоциональной сферы и самоконтроле деятельности в группах студентов мужского и женского пола.*

**Ключевые слова:** *эмоции, эмоциональное состояние, эмоционально-волевая сфера, личность, самоконтроль.*

---

---

УДК 159.922.736.4

**Катерина Робертівна МАННАПОВА,**

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри соціології та психології факультету № 6

Харківського національного університету внутрішніх справ;

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3754-4637>

## **ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДУ ЛЯЛЬКОТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ**

*У тезах проаналізовано використання ляльок в психотерапевтичній роботі з дітьми. Розглянуто історичний нарис, функції та завдання лялькотерапії. Проаналізовані методичні засади та сфери використання лялькотерапії, механізми психотерапевтичного впливу.*

**Ключові слова:** *психотерапія, лялькотерапія, діти.*

У сучасній психології роль ляльок розглядається в різних аспектах. Ляльки мають особливе значення для емоційного та морального розвитку дітей. Дитина переживає зі своєю лялькою події власного і чужого життя в емоційних і моральних проявах, доступних їй розумінню. Лялька або м'яка іграшка - замітник реального друга, який все розуміє і не пам'ятає зла. Тому потреба в такій іграшці виникає у більшості дітей, іноді вона зберігається і у підлітків, і не тільки у дівчаток, але і у хлопчиків.

Лялька для людини в дитинстві не обов'язково «дочка» або «синок», вона - партнер в спілкуванні в усіх його проявах. Роль ляльки полягає в діалозі, в якому відбувається «заміна» реального контакту з людиною на опосередкований контакт через ляльку.

Лялькотерапія - метод психологічної допомоги дітям, підліткам та їх сім'ям, що полягає в корекції їх поведінки за допомогою ляльок. Даний метод покликаний допомогти в усуненні хворобливих переживань, зміцнити психічне здоров'я, покращити соціальну адаптацію, розвинути самосвідомість, вирішити конфлікти в умовах колективної творчої діяльності. Відповідно до даного методу з улюбленим персонажем розігрується в особах історія, пов'язана з травмуючою ситуацією.

Лялькотерапія - дозволяє в ігровій формі, за допомогою ляльок, безпечно для людини, відтворити, програти травматичну ситуацію і зняти травмуючий чинник. Вона широко використовується для вирішення внутрішньо-і міжперсональних конфліктів, поліпшення соціальної адаптації, заїкання, порушення поведінки та ін. [1, с.17].

Витоки лялькотерапії можна знайти в психодрамі Морено. У 1940 році Якоб Леві Морено заснував в США Інститут соціометрії і психодрами. Він вирішив відтворювати в умовах клініки ті самі ситуації, які найбільш травмували його пацієнтів, і для цього створив спеціальний лікувальний театр, який назвав психодрамою. Цей метод в ряді випадків давав дуже хороші результати. У Морено з'явилися послідовники в різних країнах, особливо в Західній Європі. Поступово виділилася особлива самостійна гілка - лялькотерапія. Зараз її практикують у багатьох країнах: у Німеччині, Англії, Нідерландах, у Франції [2, с.4].

У 1990 році Ірина Медведева і Тетяна Шишова розробили метод лікування дітей невротиків, який назвали драматичної психоелевацією. Методика драматичної психоелевації - це комплексний вплив на дітей - невротиків за допомогою різноманітних театральних прийомів: етюдів, ігор, спеціально заданих ситуацій [3, с. 20].

Тому лялькотерапія може використовуватися в різних напрямках психотерапії: психодрамі, ігротерапії, казкотерапії, арт-терапії.

Лялькотерапія вирішує наступні завдання:

- допомагає відреагувати емоції, досягти емоційної стійкості і саморегуляції;

- допомагає актуалізувати ресурси;
- значно розширює спектр особистісних ролей;
- дає можливість опрацювати тему власної зовнішності і образу «Я»;

- сприяє підвищенню самооцінки, впевненості в собі;
- розширює репертуар самовираження дитини;
- допомагає корегувати відносини в системі дитина - батьки.

Виділяють наступні функції лялькотерапії:

- комунікативна - формування емоційного контакту дітей в колективі;
- релаксаційна - зняття емоційного перенапруження;
- виховна - психокорекція проявів особистості в ігрових моделях життєвих ситуацій;
- розвиваюча - розвиток психічних процесів (пам'яті, уваги, сприйняття тощо) моторики;
- навчальна - збагачення інформацією про навколишній світ [2, с.11].

Лялькотерапія дає можливість самого природного і безболісного втручання в психіку людини з метою її корекції або психопрофілактики. Можливі індивідуальна і групова форми лялькотерапії. Добре працює якщо потрібно «дожити» проблему і залишити щось в минулому, або навпаки, зробити якийсь план на майбутнє. Метод підходить і дітям і дорослим.

Іграшки та матеріали, необхідні для лялькотерапії, можна розділити на три групи:

1. Іграшки з реального життя. Лялькове сімейство, ляльковий будиночок з меблями можуть зображати членів реальної родини дитини та таким чином роблять можливим безпосереднє вираження почуття. Коли діти розігрують сценки з людськими фігурками, можна поспостерігати відношення між членами сім'ї: суперництво між братами і сестрами, турбота близьких один про одного. Машини, човни важливі для впертих, соромливих, замкнених дітей, так як цими іграшками можна грати, не висловлюючи жодних почуттів.

2. Іграшки, що допомагають зняти агресію. У грі діти часто відчують сильні емоції, для опису і вираження яких у них немає словесних позначень. Такі іграшки, як солдатика, рушниця, а так само іграшки, що зображують диких тварин, можуть використовуватися для вираження гніву, ворожості.

3. Іграшки для творчого самовираження і ослаблення емоцій. Пісок і вода не мають структури і можуть перетворитися побажанням дитини у що завгодно: в поверхню місяця, пляж, піраміди і так далі. Не існує правильного чи неправильного способу гри з піском і водою. Тому дитина завжди може бути впевнений в успіху. Це особливо корисно для соромливих або замкнених дітей [4, с.23].

Дитина, «оживляючи» ляльку, відчуває дорослу відповідальність за дії ляльки, за її «життя», слова, поведінку; вчиться знаходити адекватний вербальний і тілесний вираз різних емоцій, почуттів, станів. Для дорослого це чудова можливість коректного, непрямого (опосередкованого лялькою) психотерапевтичного

впливу, який не сприймається як повчання і не викликає опору у дітей. Гра з лялькою - це світ реальності, в якому живе дитина. Лялькотерапія дозволяє об'єднати інтереси дитини і терапевтичні завдання психолога, дає можливість самого природного і безболісного втручання дорослого в психіку дитини.

#### **Список бібліографічних посилань**

1. Вознесенська О. Лялькотерапія: особливості та ризики використання ляльки в терапії. *Простір арт-терапії*. 2018. Вип. 1 (23). С. 12–25.
2. Гребенщикова Л. Г. Основы куклотерапии : учеб.-метод. пособие. СПб. : Речь, 2007. 80 с.
3. Медведева И. Я, Шишова Т. Л. Лекарство – кукольный театр. Пьесы для детей. М. : Никая, 2009. 296 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Практикум по креативной терапии. СПб. : Сфера, 2001. 400 с.

*Одержано 12.03.2020*

*В тезисах проанализировано использование кукол в психотерапевтической работе с детьми. Рассмотрены исторический очерк, функции и задачи куклотерапии. Проанализированы методические основы и сферы использования куклотерапии, механизмы психотерапевтического воздействия.*

**Ключевые слова:** психотерапия, куклотерапия, дети.

---

УДК 159.944

**Єлизавета Ігорівна НЕРУШЕНКО,**

студентка факультету психології

Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна

## **ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРЯННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО: ПРИЧИНИ ТА НАСЛІДКИ**

*У статті розглянуто проблему вигоряння студентів вищих навчальних закладів. Стаття стосується явища вигоряння студентів, його симптомів та наслідків. У статті наведені результати одного з досліджень, де були виявлені причини емоційного вигоряння студентів.*

**Ключові слова:** емоційне вигоряння, студенти, причини вигоряння, наслідки вигоряння.

Проблема психологічного здоров'я людини, що живе в нестабільному, мінливому світі та складних соціально-екологічних умовах, набула особливого значення наприкінці ХХ - початку ХХІ століття -