

допомогою штучного інтелекту можливо створювати метафоричні асоціативні картки, які враховують індивідуальні потреби та особливості кожної дитини. Метафоричні карти є екологічним, інноваційним та ефективним способом сприяти психологічному розвитку, відновленню після стресових чи травматичних подій. Саме створення карток відбувається через різні нейромережі, одним із них є Midjourney. Фахівець-психолог може адаптувати картки та вправи під клієнта будь-якого віку.

Список використаних джерел

1. Савченко А. С. Методи та системи штучного інтелекту: Навчальний посібник для студентів напряму підготовки «Комп'ютерні науки» / Уклад.: А.С. Савченко, О. О. Синельников. – К. : НАУ, 2017. – 190 с.

2. Дерев'яно С. П. Емоційний штучний інтелект у професійній підготовці майбутніх психологів / С. П. Дерев'яно // Інформаційні технології і засоби навчання. – 2021. – Том 81. – № 1. – 192 с.

3. Цибух Л.М. Застосування асоціативного методу у роботі практичного психолога дитячого центру / Цибух Л.М. // Наука і освіта. – 2014. – № 12.

4. Бородулькіна Т.А. Досвід використання метафоричних асоціативних карток у психологічній роботі з дітьми / Т.А. Бородулькіна // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : збірник наукових праць. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2016. – № 4(49). – С. 39-52.

[ПРЕЗЕНТАЦІЯ](#)

Вовченко Ольга,

доктор психологічних наук, старший дослідник,
корекційний психолог, старший науковий
дослідник Інституту спеціальної педагогіки та
психології імені Миколи Ярмаченка
НАПН України

Психодіагностика та психологічна корекція самооцінки мультиплікаційними фільмами дітей та дорослих з типовим та атиповим розвитком

Самооцінка є складним особистісним утворенням. Вона відображає потреби, бажання та проблемні сфери особистості дитини та дорослого. Цей особистісний феномен містить у собі велику кількість зв'язків і співвідношень з усіма психічними утвореннями людини, виступаючи важливим компонентом під час

формування особливостей поведінки, діяльності, спілкування кожної особистості різного віку.

Спостереження науковців свідчать, що діти, які вміють адекватно оцінювати свою діяльність, більш активні, творчо підходять до процесу навчання, краще почувають себе серед однолітків і, зрештою, виростають дорослими, які можуть знаходити роботу, яка подобається, будувати ефективні стосунки з іншими людьми, дотримуватися власних кордонів, розуміти себе, свій емоційний стан та багато іншого. Нині, близько 70 % дітей, які опиняються у ситуаціях оцінювання себе та інших – не можуть цього зробити.

Мультотерапія або терапія мультиплікаційними фільмами – це один з методів психотерапії мистецтвом. Її також розглядають як один з напрямів артотерапії. Нині можна стверджувати, що сучасна комп'ютерна графіка є значним фактором формування естетичного середовища зростаючого покоління (організації матеріально-предметного і духовного оточення особистості). Мультиплікація – це універсальна та інтернаціональна мова спілкування дітей і дорослих усього світу. На сьогодні дитяча мультиплікація – це особливий вид мистецтва, психотерапії – самостійний та самоцінний [1]. Це є можливістю для дитини висловитись та бути почутою. Мультиплікація є дуже близькою до світу дитинства, дитячого сприйняття світу, оскільки в ній завжди присутня гра, фантазії й немає нічого неможливого. Мультиплікація є універсальним засобом розвитку дитини у сучасному візуально насиченому світі [2, с. 228]. Виразні засоби мультиплікації є найбільш природними для дитячого віку, стимуляторами творчої активності та відкритості мислення.

У мультотерапії можна виділити два напрями:

- активна (створення мультфільмів);
- пасивна (перегляд мультфільмів, обговорення мультфільмів) [4].

Мультотерапія, у цьому розумінні, досить особлива методика роботи як з дітьми, так і з дорослими, яка поєднує в собі бажання особистості виявити себе, пізнати особливості свого характеру, внутрішнього «Я», зрозуміти специфіку темпераменту тощо. Саме зараз технології цього напрямку є вкрай актуальними і доречними, оскільки війна є складним періодом в житті кожного українця,

коли вірити в дива та зберігати відчуття того, що добро обов'язково переможе досить складно, але необхідно для ментального здоров'я у бідь-якому віці. До уваги буде представлено саме пасивний напрям мультотерапії.

Техніка виконання.

Під час зустрічі із клієнтом (маленьким чи дорослим) у першій частині вправи психологом буде запропоновано згадати найулюбленіший фільм, мультфільм (сюжет, який особа могла б переглядати майже щоденно). Пізніше психологом запропоновано назвати улюблених героїв, описати їх характер, особливості поведінки, найулюбленіші моменти за їх участю тощо.

Питання після встановлення улюбленого мультфільму можуть бути різними, але важливо, щоб психолог давав можливість задуматись, згадати, заглибитись у спогади улюбленого фільму, згадати типаж героя та ін.

У процесі бесіди, наприклад, дітей можна попросити навіть намалювати улюбленого героя. За результатами Ви можете отримати уявлення дитини про такі аспекти:

- добро і зло;
- правила, зразки гарної і поганої поведінки;
- вміння розпізнавати почуття та емоції.

Улюблений герой дуже часто співвідноситься з особистістю, яку діагностують. Мультиплікаційні герої часто впливають на поведінку дитини, пізніше дорослого. Це відбувається підсвідомо і проаналізувати такий вплив можуть лише дорослі особи. Це може бути або сам клієнт, або психолог. Дорослій особистості легко помітити подібність себе і улюбленого героя, можливо, навіть подібність долі, певних моментів із життя, сприйняття навколишнього світу. Для психолога аналіз отриманої інформації дає можливість зрозуміти самооцінку дитини/дорослого, самоставлення, рівень сформованості «Я-особистості». Зручними для використання можуть бути такі питання:

1. Що тобі подобається у мультику найбільше? Чому?
 2. Що не подобається? Чому?
 3. Якби ти був головним героєм, то хто б це був?
 4. Чим тобі цей герой сподобався? Чи є у нього негативні риси чи ні?
 5. А якби ти був режисером, щоб ти змінив? Чому?
- Зазначимо, що по-перше, герої мультиплікаційних фільмів, як

і герої казок, говорять з дитиною однією мовою. Ніщо і навіть ніхто не зможе так швидко і дуже надійно донести до дитини інформацію, як це можуть робити мультфільми. По-друге – діти люблять усе кольорове та яскраве. І мультфільми цю потребу задовольняють максимально, допомагаючи психологу через яскраві образи дістатися підсвідомості [5]. Крім того, мультфільми яскраві, образні, динамічні, а через своїх простих і ненав'язливих персонажів демонструють дитині найрізноманітніші способи взаємодії з навколишнім світом, здатність оцінювати свої вчинки та вчинки інших людей. Також мультфільми створюють образи, які дитина проносить через своє життя у дорослий вік, впливаючи на сприйняття навколишнього світу. Окрім вище зазначеного мультотерапія допомагає:

- полегшити психологічний стан дитини, особливо в період воєнних та, як наслідок, соціальних змін. спрямувати її увагу на естетику та творчість, покращити настрій, створити мотивацію;
- розвивати творчу активність та креативні здібності;
- опанувати нові технології;
- розвивати пам'ять, увагу, мислення (образне та логічне), дрібну моторику, мовні навички;
- розвивати загальнокультурні, організаційні, комунікативні, пізнавальні компетенції;
- знайти й побудувати особистісні структури;
- подолати страхи, внутрішні комплекси, невпевненість тощо [3].

Підсумовуючи, зазначимо, що у процесі мультотерапії та використання означеної техніки виявляються ціннісні орієнтири дитини, її здатність бачити і розуміти навколишній світ, усвідомлюються життєві установки. Вигадані дитиною історії та малюнки, розповіді про улюбленого героя віддзеркалюють внутрішню картину світу.

Відтак, мультотерапія є синтезом діяльнісного педагогічного підходу, психологічних методик індивідуальної роботи, артотерапії та анімаційних технологій, які у сукупності дають синергетичний ефект. Ця технологія може ефективно використовуватися в різних аспектах та містити різні функціональні призначення: як психологічна терапія чи психокорекція, як технологія творчого розвитку, як засіб

виховання (естетичного, морального, суспільного тощо), як комунікативна технологія, як визначення рівня самооцінки та формування адекватного її стану тощо.

Список використаних джерел

1. Будник О. Інформаційно-комунікаційні технології в сучасній початковій школі: реалії та перспективи. *Гірська школа Українських Карпат*. 2016. № 14. С. 84–88.
2. Вознесенська О., Деркач О., Скар О. Енциклопедичний словник з Київ: Золоті ворота, 2017. 312 с.
3. Іванов В., Волошенко О. Медіа освіта та медіа грамотність: підручник. Київ: Центр вільної преси, 2012. 352 с.
4. Ключанова О. Використання медіа-арттерапії у роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Київ: Медіа прес, 2016. 189 с.
5. Силко Р. Мульти-терапія як технологія виховання дітей. Активна мульти-терапія. *Вісник. Серія: Педагогічні науки*. 2014. № 120. С. 188–190.

ВІДЕОФАЙЛ

Войтко Валентина,

кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри педагогіки, психології і корекційної освіти КЗ «КОШПО імені Василя Сухомлинського», психолог

Терапевтична казка у роботі з дорослими, які зазнали втрат унаслідок війни

Воєнні дії спричиняють звичне порушення життєдіяльності людей, завдають шкоди їхньому здоров'ю, призводять до великих людських жертв, значних матеріальних збитків тощо. Таку ситуацію науковці зазвичай класифікують як екстремальну (надзвичайну). Екстремальна ситуація для тих, хто її переживає, може стати кризовою, стресовою, травматичною та спричинити відповідно *кризу, стрес, психотравму*.

Поведінка людини в критичній ситуації виявляє не лише індивідуальні, але й соціально-психологічні якості, світогляд, етичні переконання та погляди, адаптаційні можливості людини. Як наголошує Ф. Ю. Василюк, існують ситуації, наприклад, втрата близької людини, які не можуть бути вирішені жодними предметно-практичними діями чи найдосконалішим