

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний університет «Одеська юридична академія»

**ЄВРОПЕЙСЬКІ ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ
УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙНИ
ТА ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ ХХІ СТОЛІТТЯ:
СИНЕРГІЯ НАУКОВИХ, ОСВІТНІХ
ТА ТЕХНОЛОГІЧНИХ РІШЕНЬ**

МАТЕРІАЛИ
Міжнародної науково-практичної
конференції

19 травня 2023 року

У двох томах

Том 1



Видавництво
«Юридика»
2023

УДК 005.332.2(4):316.42(477)"364""20"(062.552)
Є24

Рекомендовано до друку Вченою радою
Національного університету «Одеська юридична академія»
(протокол № 3 від 16.06.2023 р.)

За загальною редакцією **С. В. Ківалова**.

Відповідальний за випуск **М. Р. Аракелян**.
Матеріали видано в авторській редакції.

Європейські орієнтири розвитку України в умовах війни та
Є24 глобальних викликів XXI століття: синергія наукових, освітніх
та технологічних рішень : у 2 т. : матеріали Міжнар. наук.-
практ. конф. (м. Одеса, 19 травня 2023 р.) / за загальною редак-
цією С. В. Ківалова. – Одеса : Видавництво «Юридика», 2023. –
Т. 1. – 790 с.

ISBN 978-617-8263-39-3

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Європейські орієнтири розвитку України в умовах війни та глобальних викликів XXI століття: синергія наукових, освітніх та технологічних рішень». У першому томі збірника містяться наукові напрацювання вчених, практиків, військовослужбовців у теоретичній та емпіричній площині в умовах повномасштабного військового вторгнення у сферах філософських основ, загальної теорії та історичних досліджень держави і права, актуальних проблем світових соціально-політичних процесів, соціології та психології. Висвітлено питання загроз національній безпеці в їхньому конституційному вимірі, у рамках міжнародного та європейського права, трудового права та права соціального забезпечення, земельного, аграрного та екологічного права, пов'язані з функціонуванням економіки та підприємництва в умовах європейського вибору України. Розглянуто проблеми інформатизації та цифровізації суспільства, захисту інформації та кібербезпеки в умовах військового вторгнення, питання методики викладання іноземних мов, теорії та практики перекладу, проблеми лінгвістики та журналістики.

Збірник розраховано на наукових та науково-педагогічних працівників, здобувачів вищої освіти, практичних працівників у сферах юридичної, економічної, соціологічної, політологічної, психологічної, філологічної наук, журналістики та кібербезпеки тощо.

УДК 005.332.2(4):316.42(477)"364""20"(062.552)

ISBN 978-617-8263-37-9 (у 2 т.)
ISBN 978-617-8263-39-3 (т. 1)

© Національний університет
«Одеська юридична академія», 2023

Отже, варто зробити висновок, що правильно керуючи командою, будучи відповідальним керівником, харизматичним лідером та підтримуючи динаміку, навчання команди, лідер створює психологічну безпеку в колективі. Вона відгукується у побудованій організаційній культурі, дотриманні цінностей, підтримці та взаємодопомоги співробітникам. В умовах, коли робоче середовище безпечне для міжособистісної взаємодії співробітників, організаційна культура стає більш надійною, динамічною та інноваційною. Як наслідок створюється відданий компанії колектив, який безумовно має командний дух та спільні ідейні цінності.

Список використаних джерел:

1. Довгань Л. Є., Ведута Л. Л., Мошонько Г. А. Технології управління людськими ресурсами : навч. посіб. для здобув. ступеня маг-ра за ОП «Менеджмент і бізнес-адміністрування» / КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ, 2018. 512 с.
2. Сазонова Т. О., Кемова Я. М., Яковлева К. В. Методи управління командою : аспект самоорганізації. *Економічний простір*. 2022. № 181. URL: <http://www.prostir.pdaba.dp.ua/index.php/journal/article/view/1165/1124> (дата звернення: 04.05.2023).
3. Duhigg C. What Google Learned From Its Quest to Build the Perfect Team. New research reveals surprising truths about why some work groups thrive and others falter. *The New York Times Magazine*. 2016. URL: <https://www.nytimes.com/2016/02/28/magazine/what-google-learned-from-its-quest-to-build-the-perfect-team.html> (дата звернення: 04.05.2023).

Ключові слова: психологічна безпека, команда, лідер, ефективне управління.

Key words: psychological safety, team, leader, effective management.

КОРОХОД ЯСМІНА ДЖАНІВНА

*Національний університет «Одеська юридична академія»,
доцент кафедри психології, кандидат політичних наук, доцент*

ТАТЬЯНЧИКОВ АНДРІЙ ОЛЕКСАНДРОВИЧ

*Національний університет «Одеська юридична академія»,
доцент кафедри психології, кандидат психологічних наук, доцент*

ДЕЯКІ БАЗОВІ ТЕХНІКИ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

У сучасних умовах розвиток особистості залежить від багатьох детермінантів та особистісних характеристик та складових [1, с. 117]. Гештальт-терапія – це цілісна, гуманістична, особистісно орієнтована форма психотерапії, зосереджена на теперішньому житті і викликах індивіда, а не на затримці чи збереженні свого минулого досвіду. Цей конкретний підхід визначає важливість розуміння контексту окремих

осіб і брати на себе відповідальність замість того, щоб перекладати та звинувачувати. Гештальт-терапія стала ефективною формою терапії, яка вплинула на світову культуру та суспільство. Метод гештальт-терапії, створений Ф. Перлзом, що базується на гештальт-психології, екзистенціалізмі, психоаналізі [2]. Для людини, зацікавленій в особистісному рості вкрай важливо вміти обирати головне в сучасних умовах розвитку інформаційно-комунікаційних технологій [3]. І саме гештальт-терапія впливає на розвиток творчого пристосування особи до оточуючого середовища, а також усвідомлення власних внутрішніх процесів та механізмів, що досить часто підштовхують до повторного використання паттернів поведінки.

До найбільш розповсюджених технік гештальт-терапії належать: порожній стілець, тон і мова, мова тіла, перебільшення, рольова гра, творче мистецтво, локалізація емоцій [4].

Техніка порожнього стільця в рамках гештальт-терапії – це рольова вправа, яка відкрито спонукає пацієнта почати говорити або з іншою формою себе, або уявити іншу людину. Пацієнт буде розміщений навпроти порожнього стільця і почне говорити з особою, яку він уявляє, або іншою частиною себе.

Терапія порожнім стільцем може допомогти визначити життєво важливі значення, інформацію та сприйняття, про які пацієнт міг зовсім не знати. Техніка дозволить пацієнту краще усвідомити свої почуття та емоційний досвід, можливість розпочати процес одужання.

Тон і мова життєво важливі в гештальт-терапії. Коли пацієнт повільно починає брати на себе відповідальність, він непомітно використовуватиме іншу форму мови, яка відображає почуття володіння своїм життям і досвідом, а не зосереджується на інших. Наприклад, замість того, щоб сказати: «Він перекинув склянку з водою і змусив мене закричати», пацієнт скаже такі фрази, як «Я бачив, що це був нещасний випадок, я розчарувався, тому що раніше сказав, щоб догодити стежити за склянкою води. Це змусило мене відчувати, ніби мене ігнорують, і мені не подобається, як це викликало у мене почуття» [4].

Під час терапевтичних сеансів гештальт-терапевт свідомо спостерігає за мовою тіла та рухами пацієнта під час обговорення конкретних переживань, від похитування ногою до постукування пальцем по столу або чіткого виразу обличчя. Гештальт-терапевт розповість про свої спостереження і запитає пацієнта, що відбувається і як він себе відчуває саме в момент цих рухів.

На додаток до надання мови тіла пацієнта власного голосу, гештальт-терапевт може глибше досліджувати мову тіла пацієнта, особливо якщо пацієнту часто важко передати те, що відбувається словами. Терапевт може попросити їх виразити себе через акт руху, щоб відобразити досвід пацієнта в цей конкретний момент часу. Пацієнти часто проходили особливий досвід, який повністю від'єднав їхні емоційні переживання від фізичних.

Рольова гра схожа на техніку «Порожній стілець», яку використують багато гештальт-терапевтів. Ця техніка терапії використовується, щоб допомогти пацієнтам, які мають кілька версій себе. Пацієнт

буде говорити як домінантна та покiрна особа щодо того, як вiн бачить себе в цьому досвiдi.

Багато гештальт-терапевтiв використовують такі види дiяльностi, як лiплення, малювання, щоб спонукати своїх пацiєнтiв усвiдомлювати своє оточення, залишатися присутнiми в даному моментi та навчитися обробляти сьогодення. Ця технiка дозволяє пацiєнту краще усвiдомити свій досвiд i поточний процес загоєння.

Бiльшiсть пацiєнтiв, яким допомагає гештальт-терапiя, говорять про свої емоцiї замість того, щоб переживати їх. Завдяки характеру можливого досвiду багато людей навчилися б повнiстю відокремлювати свої почуття від виразiв.

Поки пацiєнти розповiдають про свої емоцiї, гештальт-терапевт заохочуватиме їх висловлювати, де вони відчують цю емоцiю у своєму тiлi. Перенесення емоцiйного усвiдомлення в тiло пацiєнта дозволяє йому залишатися присутнiм i відкрито ефективно обробляти свої почуття.

Особи, зацікавленi в роботi над собою та вивченнi своєї ролi, яка створює дискомфорт i нещастя в їхньому життi, можуть отримати велику користь від гештальт-терапiї.

Отже, гештальт-терапiя прагне вирiшити конфлiкти та двозначностi, якi є результатом нездатностi iнтегрувати риси особистостi. Гештальт-терапiя спрямована на те, щоб навчити людей усвiдомлювати важливі відчуття всерединi себе та свого оточення, щоб вони повно i розумно реагували на ситуацiї.

Список використаних джерел:

1. Володарська Н. Д. Гештальт-технології активiзацiї самодетермінацiї розвитку особистостi. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/705095/1/17.pdf>
2. Осика О. Гештальт-терапiя як фактор морального розвитку особливостi школяра. *Освiта регiону*. 2011. № 3. URL: <https://social-science.uu.edu.ua/article/552>
3. Шугай М. А. Застосування гештальт-пiдходу до вивчення когнiтивних процесiв важливих для професiйного становлення майбутнiх психологiв. URL: <https://eprints.oa.edu.ua/533/1/zastos.pdf>
4. Gestalt therapy techniques examples. URL: <https://www.shorelinerecoverycenter.com/gestalt-therapy-techniques-examples/>

Ключові слова: терапiя, гештальт-терапiя, особистiсть, розвиток особистостi, поведiнка.

Key words: therapy, gestalt-therapy, personality, personality development, behavior.

Калашнікова Людмила Володимирівна	
Соціальні практики забезпечення життя: особистісний вимір	217
Яковлева Лілія Іванівна	
Делегітимація влади як глобальний виклик XXI століття	221
Каретна Ольга Олександрівна	
Проблеми взаємовідносин молоді та старшого покоління	223
Шмаленко Юлія Іванівна	
Використання інформаційно-психологічних операцій (ІПСО) у сучасній війні в Україні	226
Яценко Микола Анатолійович	
Дослідження сфери освіти на територіях, що постраждали внаслідок війни	229
Барасій Віта Юрійвна	
Розвиток соціальних мереж: синергія демократії та технологій	232
Безуглова Валерія Дмитрівна	
Комунікація у системі «населення-влада» під час криз: досвід України	235
Білий Веніамін Сергійович	
Виборчі та парламентські дебати: медіа-скандали vs. раціональна комунікація	239
Івановський Віктор Віталійович	
Система економічної демократії: синергія політичної науки та економічної теорії	241
Фартушний Дмитро Сергійович	
Ситуація вибору та електоральний вибір в Україні	243

СЕКЦІЯ 6

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ ТА СОЦІУМУ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ

Цільмак Олена Миколаївна	
Психотехнології для регуляції та проживання стану тривоги	247
Корнута Людмила Михайлівна	
Створення психологічної безпеки в команді: роль лідера	252
Короход Ясміна Джанівна,	
Татьянчиков Андрій Олександрович	
Деякі базові техніки гештальт-терапії для розвитку особистості	254
Лазор Катерина Петрівна	
Соціальна криза самоідентифікації особистості	257
Лісовенко Анна Федорівна	
Причини та методи корекції прокрастинації особистості	260
Ташматов Вячеслав Абдуллайович	
Професійна психологічна підготовка поліцейських в умовах війни	264