

## **Феномен аутентичности личности работников инженерно-технических специальностей**

*В статье рассмотрена проблема профессиональной деятельности работников инженерно-технических специальностей в контексте их аутентичности. Целью исследования было изучение аутентичности специалистов инженерно-технических профессий во взаимосвязи с их индивидуально-психологическими качествами. Исследовано 180 сотрудников украинских коммерческих компаний: 90 специалистов инженерных специальностей и 90 специалистов гуманитарных специальностей - и проведен сравнительный анализ. Статистически значимые различия были обнаружены для субшкал шкалы подлинности «Аутентичная жизнь» ( $U = 2186,50$ ;  $p < 0,001$ ), «Принятие внешнего воздействия» ( $U = 3130,500$ ;  $p = 0,008$ ), «Самоотчуждение» ( $U = 2199,000$ ;  $p < 0,001$ ). Установлено, что представители инженерно-технических специальностей склонны идентифицироваться с образованием и профессиональным опытом отца, воспринимая его как аутентичный для себя ( $r_{pb} = 0,237$ ).*

**Ключевые слова:** инженерно-технические работники, аутентичность, акцентуации, профессиональный выбор, семейный сценарий.

**Karpenko A.P.**

## **PHENOMENON OF PERSONALITY AUTHENTICITY OF ENGINEERING SPECIALTIES**

*In the article the problem of professional activity of engineering specialties in the context of their authenticity was viewed. The aim of study was to investigate the authenticity of engineering and technical employees in relation to their individual psychological qualities. The Ukrainian commercial companies' employees ( $n = 180$ ) were examined: 90 professional engineers, and 90 specialists of humanities – and the comparative analysis was performed. Statistically significant differences were found for all subscales of Authenticity Scale such as Authentic Living ( $U = 2186,50$ ;  $p < 0,001$ ), Accepting External Influence ( $U = 3130,500$ ;  $p = 0,008$ ), Self-Alienation ( $U = 2199,000$ ;  $p < 0,001$ ). It was found that the representatives of the engineering professions tend to identify with the education and professional experience of his father, perceiving it as authentic for yourself ( $r_{pb} = 0,237$ ).*

**Key words:** engineering and technical employees, authenticity, accentuation, professional choice, family scenario.

**Карпенко А.П.** – здобувач кафедри диференціальної і спеціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова.

**УДК 159.92**

**Кім О.В.**

## **ПОДОЛАННЯ ТРАВМУЮЧИХ ПОДІЙ У ДІТЕЙ**

*У статті розглянуто особливості подолання травмуючих подій у дітей. Показано, що тяжкий стрес на тлі кризової події призводить до тривалих порушень психічного гомеостазу та фізичної декомпенсації. Розглянуто поняття «травматична криза» та «психологічне подолання». Показано, що травматичні*

кризи як гострі, так і хронічні сильно впливають на розвиток дитини, залишаючи глибокий слід в її самості в разі неадекватної та несвочасної допомоги оточення. Розглянуто вплив травматичного досвіду на загальний розвиток дитини. Показано, що в результаті травми в особистості змінюється звична картина світу, зникає довіра до нього (втрата відчуття що світ безпечний та справедливий), деформується система відносин з оточуючими людьми, зникає довіра до дорослих, втрачається позитивна перспектива на майбутнє. Охарактеризовано методи психологічної допомоги та психотерапії при подоланні травмуючи подій у дітей. Описано особливий метод психологічної допомоги при кризі – кризова інтервенція. Показано, що кризова інтервенція – це робота, спрямована на вираження сильних емоцій і інтенсивних почуттів, актуалізованих конкретною проблемою (ситуацією). Описано, особливості кризових інтервенцій для дітей і підлітків. Встановлено спектр проблем, при вирішенні яких можуть використовуватися техніки арт-терапії. Показано різні концепції подолання психологічної травми у дітей. Встановлено специфічні завдання психолога при подоланні травмуючої події у дітей. Розглянуто основні стратегії подолання травмуючих подій у дітей.

**Ключові слова:** травма, травматична криза, психологічне подолання, кризова інтервенція, арт-терапія, логотерапія, терапевтична модель, соматична терапія, екзистенціальна терапія та екзистенціально-гуманістична терапія.

**Постановка проблеми.** Внаслідок надзвичайних подій, які відбуваються в Україні впродовж останнього року гостро постала потреба у соціально-психологічній підтримці, супроводі цілих соціальних груп, а також у психологічній допомозі окремим людям: дітям, дорослим, родинам. Проблеми та розлади психологічного характеру доволі поширені, вони спричинюють страждання людей, суттєво впливають на якість життя, а тому потребують належного трактування та терапевтичної допомоги. За оцінками експертів, кожна четверта людина матиме протягом життя якісь порушення у сфері психічного здоров'я.

Питання кризової психологічної допомоги дітям, на жаль, дуже актуальні в Україні. Гібридна війна призвела до великої кількості психічно травмованих дітей із родин внутрішніх переселенців, які мають різноманітні розлади психічної сфери внаслідок важкого стресу. Доведено, що тяжкий стрес на тлі кризової події призводить до тривалих порушень психічного гомеостазу та фізичної декомпенсації, запуску нейрогуморальних змін за симпатикоадреналовим типом. А розвиток психосоматичних захворювань ускладнює, у свою чергу, соціальну адаптацію. Саме тому для корекції цих станів потрібно шукати найефективніші транквілізуючі та вегетостабілізуючі засоби, які б запобігали розвитку психосоматичних розладів і мали б мінімальний негативний вплив на когнітивний розвиток дитини.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Розглянута тема в останній час отримала актуальність і викликала інтерес як у вітчизняних дослідників (І. Борднік, А. Венгера, В. Дубровіна, С. Ільїна, О.Лазебная, Н. Лисіна, Т. Магомед-Емінов, М. Мазур, Л. Михайлова, Я.Овсяннікова, М. Падун, Ю. Семенова, І. Мамайчук, Н. Тарабрїна, М.Решетніков), так і у зарубіжних спеціалістів (А. Аллен, С. Блум, Д. Джонсон, А. Маслоу, Д. Сміт, К. Флейк-Хопсон, В. Фруе, К. Хорні) [10]. Аналіз наукової літератури показав, що питання визначення сутності та змісту психологічної допомоги вивчали О.Ф. Бондаренко, І.В. Доронїна, І.О. Корнієнко, В.І.Лисенко, О.О. Холодова. Сутність цього феномену в аспекті екстремальних умов

розглядали Ф.Є. Василюк, О.Г. Караяні, Л.О. Малкіна-Пих, Л.А. Пергаменщик, Н.В. Тарабрина, О.В. Тімченко, Є.М. Черепанова, С.І. Яковенко. Такі вчені як Д.Ю. Бородин, О.Я. Варга, О.В. Гнездилов, С. Гремлінг, Є.Г. Гриневич, Б.Дейтс, В.Л. Маришук, В.Л. Решетніков, розглядали проблеми проведення психотерапевтичних заходів із постраждалими, вивчали особливості поведінки особистості в умовах тривмуючої ситуації, підіймали питання керування стресом.

**Мета статті** – теоретично обґрунтувати психологічні особливості подолання травмуючих подій дітьми.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Травматичні кризи – це гострі або тривалі кризи після нещасного випадку, вбивства, самогубства, хвороби, розлучення, інвалідності, катастроф, війни, революції, шкільного та виробничого стресу, смерті родичів, батьків, друзів, домашніх тварин тощо. Травматичні кризи як гострі, так і хронічні сильно впливають на розвиток дитини, залишаючи глибокий слід в її самості в разі неадекватної та несвоєчасної допомоги оточення. Будь-яка криза приховує в собі як приховані можливості, так і небезпеку. З одного боку, криза може стимулювати оволодіння новими стратегіями вирішення конфліктів, розвивати впевненість завдяки новим установкам, новим способам поведінки і стратегіям рішення, забезпечувати особистісне зростання і розвиток самості, посилення ідентичності. З іншого боку, реальними небезпеками кризи стають: агресивні, непродумані дії, психічні захворювання, соматизація, хроніфікація через заперечення, відчай і замкнутість [9]. Згідно багаточисельних досліджень (Л.Галігузова, А. Пашина, А. Прихожан, О.Рязанова, Н. Толстих) травматичний досвід, отриманий в дитинстві, впливає на загальний розвиток дитини. У таких дітей та підлітків формується специфічне відношення до себе, порушується самосприйняття. Підлітки переживають почуття непотрібності, неповноцінності, відторгнутості, відбувається зниження рівня рефлексії. Психологічна травма руйнує уявлення підлітка про життя, його цінності. В результаті травми в особистості змінюється звична картина світу, зникає довіра до нього (втрата відчуття що світ безпечний та справедливий), деформується система відносин з оточуючими людьми, зникає довіра до дорослих, втрачається позитивна перспектива на майбутнє. Завдання психолога – дати можливість дитині знизити навантаження деструктивного впливу [10].

Особливим методом психологічної допомоги при кризі є кризова інтервенція. Кризова інтервенція – це робота, спрямована на вираження сильних емоцій і інтенсивних почуттів, актуалізованих конкретною проблемою (ситуацією). Допомога при кризі сконцентрована на проблемі, а не на людині. Цим кризова інтервенція відрізняється від консультування або тривалої психотерапії. Кризові інтервенції вимагають швидкого здійснення терапевтичних цілей щодо негайної реорганізації всіх функцій і контактів у зв'язку з їх втратою. Особливості кризових інтервенцій для дітей і підлітків [9]:

1. З дітьми також важливо вийти на рівень переживань і вияву почуттів. Полегшення настає через контакт, через наявність візаві. Тому корисним є будь-який засіб, який допомагає вступити в контакт і підтримати його. Відповідний контакт виводить дитину з її самотності. Діти та підлітки спочатку не в змозі говорити про кризу. Тільки коли завдяки діям психолога виникне контакт з дитиною і в неї зникає відчуття самотності, вона почне говорити.

2. У дитячій кризі психолог виконує функцію захисту та підтримки. Психолог повинен зібрати від оточення і від дитини стільки інформації, скільки можливо отримати, щоб відчувати, що криза означає для життя дитини, і забезпечити необхідний рівень підтримки.

3. Діти реагують на кризу формуванням симптомів, що є особливим засобом дитини повідомити про страждання. Це може бути енурез, фобія, алергічна реакція. Як правило, симптом є захистом від загрозливого досвіду, тому психолог не чіпає симптом на першій стадії кризової інтервенції. Ставимося до симптому як до необхідного захисту. Як тільки дитина буде відчувати захищеність і зможе говорити про кризу (травму), симптом буде не потрібний і відступить.

4. У роботі з сім'єю та оточенням психолог досліджує питання: яка причина, через яку дитині необхідний захист, може стати менш загрозливою. Дитині психолог допомагає у вираженні того, що є, її почуття і потреби (у грі, за допомогою творчих матеріалів, лотка з піском тощо).

5. Психолог підтримує зв'язок між невербальним рівнем переживання і його виявом у мові.

Ефективна робота подолання наслідків впливу психологічної травми у дітей та підлітків можлива лише при комплексному підході, який об'єднує в себе різні методи і способи роботи, які створені в рамках різних психотерапевтичних підходів. Як вважає Я. Овсяннікова, психологічна допомога дітям та підліткам повинна здійснюватися з урахуванням вікового, фізичного та психічного розвитку, стану фізичного та психічного здоров'я, тяжкості психотравми і сили переживання травматичного досвіду. При подоланні наслідків впливу психологічної травми на особистість дітей та підлітків використовують наступні методи психологічної допомоги та психотерапії як арт-терапія, логотерапія В. Франкла, терапевтична модель М.Мюррей, соматична терапія П. Левіна, екзистенціальна терапія І. Ялома та екзистенціально-гуманістична терапія Дж. Бьюдженталя [9].

Арт-терапія – це особлива форма психотерапії, в основу якої входить образотворча діяльність. Саме мистецтво дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травматичну подію і знайти з неї вихід через переструктурування цієї ситуації на основі креативних здібностей об'єкта. На думку багатьох авторів, у осіб, які отримали психологічну травму, в силу потужного психологічного захисту і особливостей нервових процесів, порушується здатність до словесного вираження почуттів. Образи травматичних подій закарбовуються в пам'яті як «спалахи», які передають всі найменші подробиці, немов фотографія. Образотворчі засоби, в даному випадку, надають унікальну можливість для відображення, усвідомлення та переробки травматичних спогадів. Саме тому техніки арт-терапії є ефективним методом у подоланні наслідків психологічної травми у дітей та підлітків.

Спектр проблем, при вирішенні яких можуть використовуватися техніки арт-терапії, досить широкий. Серед них [10]:

- негативна «Я-концепція», низька самооцінка, низький ступінь самоприйняття;
- труднощі емоційного розвитку, імпульсивність, підвищена тривожність, страхи, агресивність;
- переживання емоційного відторгнення, почуття самотності, стресові стани, депресія;

– неадекватна поведінка, порушення відносин з близькими, конфлікти в міжособистісних стосунках, ворожість до оточуючих.

Арт-терапія надає можливість висловлювати свої почуття в новій, безпечній формі. Вона звільняє творчі ресурси особистості, пробуджує здатність до уяви та символізації, що дозволяє пережити та інтегрувати травматичний досвід.

Ефективним методом подолання психологічної травми у дітей та підлітків є терапевтична модель, розроблена професором Мерелін Мюррей. Теоретична концепція даного методу оснований на психоаналітичному підході. Дитячий травматичний досвід, спровокований емоційною деривацією, жорстоким поводженням, насильством, на думку М. Мюррей, супроводжується переживанням внутрішньої дисгармонії, дискомфортом та відчуттям «Я-поганий». Унаслідок цього відбувається активізація захисних механізмів особистості [1]. Концепція методу Мюррей полягає в тому, що всі люди створені унікальними «природними дітьми», яким властиві відчуття радості. В кожній дитині закладені задатки здібностей, креативність, вміння відчувати повну гаму почуттів, духовність, сексуальність. Мета терапії – здорова, врівноважена, гармонічна особистість, в якій ефективно поєднуються "природна дитина" з позитивними якостями «дитини, що плаче» та «контролюючої дитини». Важливим моментом у подолання психологічної травми є знаходження сенсу життя. Саме цей принцип покладено в основу логотерапії В. Франкла. На його думку, психологічна травма – це втрата людиною сенсу життя, а її подолання – пошук осмислення того, що відбулося або пошук нового життєвого сенсу [10]. Логотерапія ґрунтується на трьох фундаментальних поняттях: свобода волі, прагнення до набуття сенсу життя, який визначає можливість подолати життєві труднощі, зайняти активну позицію. Втрата сенсу життя, що супроводжує психологічну травму, часто створює екзистенціальний вакуум, який гальмує реалізацію всіх важливих життєвих цілей. Це змушує психотравмовану особистість шукати засоби заповнення цього вакууму, полегшуючи страждання, заповнюючи сенсом утворений вакуум. На думку В.Франкла, людина не може лишитися смислу життя ні за яких обставин; смисл життя завжди можна знайти. Завдання логотерапії – допомогти людині знайти смисл життя, що досягається шляхом удосконалення діяльності по відношенню до світу та інших людей.

В рамках екзистенціальної терапії І. Ялома, екзистенціально-гуманістичної терапії Дж. Бьюдженталю людина розглядається як цілісна, вільна, що прагне до розвитку та змін. Психологічні проблеми, на думку І.Ялома, розглядаються з точки зору «екзистенціальних данностей», таких як «смерть», «свобода», «ізоляція» «безглуздість», які представляють собою незмінні умови людського існування. В травматичній ситуації ці данності виступають як реальні об'єкти переживань і травматичні розлади є реакціями на ці смислові відносини [5]. Робота з травмою спрямована на прийняття цих данностей людського життя – прийняття факту скінченності життя, здобуття свободи і здатності робити життєві вибори, прийняття своєї самотності й подолання ізольованості, а також набуття життєвого сенсу. На думку Дж. Бьюдженталю, джерелом травматичної реакції є не сама травматична ситуація, а той негативний сенс, який має дана ситуація для потерпілого. Екзистенціально-гуманістичний підхід Дж. Бьюдженталю ґрунтується на подоланні психологічної травми в процесі розкриття та створення нових смислів життя в результаті внутрішнього дослідження суб'єктивних переживань [6].

Д. Калшед констатує, що психічна травма виникає не тільки внаслідок зовнішніх травматичних подій, але і через внутрішню роботу самої психіки. Психіка реагує на зовнішню травматичну подію за наступною схемою: спочатку психіка трансформує зовнішню травму під внутрішню «самотравмуючу силу»; а потім відбувається малігнізація, загострення психологічних захистів, які перетворюються з системи самозбереження психіки в систему її самознищення. Д. Калшед зазначає, що травмована психіка продовжує травмувати саму себе через синдром нав'язливого повторення. Так травмовані діти починають постійно виявляти себе в життєвих ситуаціях, в яких вони піддаються повторній травматизації. Д. Калшед пише про те, що існують психічні травми не сумісні з життям особистості за аналогією несумісних з життям тіла фізичних травм. В такому випадку, тієї особистості, яка була до травми, після неї вже не існує. Але на відміну від фізичної травми, несумісної з життям, ця втрата не є безповоротною. У зв'язку з цим терапія психічних травм повинна починатися з встановлення довіри, яке виникає через розуміння і співчуття терапевта і тільки після цього переходити до поступового відновлення нормальних, зрілих захистів з подальшим переходом до відновлення втрачених смислів існування [4].

Подолання травми здійснюється за допомогою активізації «долаючого переживання» - особливої форми внутрішньої активності, спрямованої на відновлення душевної рівноваги, втраченого сенсу життя і доцільності. Актуалізація «долаючого переживання» відбувається в критичній ситуації травми – в ситуації «неможливості», як її називає Ф. Е. Василюк, тобто в ситуації неможливості жити і реалізувати внутрішні потреби свого життя (мотиви, прагнення, цілі) так, як це було до травми. Результатом внутрішньої роботи переживання стає усвідомлення людиною того, що сталося, а також осмислення всього свого життя, що призводить до зміни життєвих позицій, як можливості існування в новій реальності і адекватному подолання психічної травми. Для розуміння механізмів дії «долаючого переживання» необхідний аналіз динаміки симптомів, які свідчать про порушення [2].

Завданням психолога, який працює з посттравматичною особистістю, є вивід дитини на конструктивні стратегії «психологічного подолання травми». Для цього необхідно: розібратися з дією захисних механізмів особистості; виявити неконструктивні захисні механізми і послабити їх вплив; активізувати внутрішню активність на «подолання»; відкрити доступ до внутрішніх ресурсів, які забезпечують адекватне психосоціальне функціонування. Психологічне подолання – індивідуальний спосіб взаємодії людини з травмуючою ситуацією відповідно з логікою і значимістю ситуації в житті і психологічними можливостями особистості. Завданням психологічного подолання є відновлення психічної рівноваги. Існує два модусу психологічного подолання: вирішення проблеми і зміна власних установок щодо ситуації. В літературі існує велика кількість класифікацій видів і стратегій психологічного подолання. До основних з них відносяться: відволікання і активне уникнення, компенсація, альтруїзм, конструктивна діяльність, самоізоляція, пошук виходу і рішення проблеми, звернення за підтримкою, прийняття ситуації, гумор і іронія, релігійність, осмислення, обурення і неприйняття, жалість до себе, позиція «жертви», емоційна розрядка, смиренність і фаталізм, бунт, самозвинувачення або пошук винних, девіантна поведінка, оптимізм. Зазначені форми подолання травми

пов'язані з трьома рівнями психіки: поведінкою, емоціями, когнітивними схемами [3].

До основних стратегій подолання відносяться: оцінка ситуації; втручання в ситуацію; уникнення ситуації. Існує три критерії ефективності психологічного подолання травми, кожен з яких фіксує зміни в певній сфері [4]:

1. Ситуаційний критерій позначає процес подолання завершеним, якщо ситуація для суб'єкта втрачає свою негативну значимість.

2. Особистісний критерій передбачає помітне зниження рівня невротизації особистості і її психосоматичної симптоматики.

3. Адаптаційний критерій пов'язаний з ослабленням почуття уразливості до стресів і підвищенням адаптаційних ресурсів.

**Висновки.** Узагальнюючі результати дослідження можна стверджувати, що існує безліч концепцій та підходів щодо подолання травмуючих подій у дітей. При подоланні наслідків впливу психологічної травми на особистість дітей та підлітків використовують наступні методи психологічної допомоги та психотерапії як арт-терапія, логотерапія В. Франкла, терапевтична модель М.Мюррей, соматична терапія П. Левіна, екзистенціальна терапія І. Ялома та екзистенціально-гуманістична терапія Дж. Бьюдженталя.

**Перспективи подальшого дослідження** полягають у дослідженні психологічних особливостей переживання дітьми ненормативних криз та надання екстреної психологічної допомоги.

#### **Список використаної літератури**

1. Барцалкина В. В. Терапия последствий детских травм, депривации и насилия как профилактика аддиктивного поведения / В. В. Барцалкина // Психологическая наука и образование. – 2010. – № 5. – С. 208-217.

2. Дорозцева Е. Г. Психологическая травма у подростков с проблемами в поведении / Е. Г. Дорозцева. – М. : Генезис, 2006. – 128 с.

3. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа: пер. с англ. / Д. Калшед – М.: Академ. проект, 2001. – 368 с.

4. Кочарян А. С. Психология переживаний: учебное пособие / А. С Кочарян, А. М. Лисеная. – Х. : ХНУ имени В. Н. Каразина, 2011. – 224 с.

5. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации: справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2005. – 960 с.

6. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И.Г.Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2008. – 928 с.

7. Пятницкая Е. В. Психология травматического стресса: учеб. пособие / Е.В. Пятницкая. – Балашов; Николаев, 2007. – 140 с.

8. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л.І.Литвиненко; за ред. З. Г. Кісарчук. – К. : ТОВ «Видавництво «Логос». – 207 с.

9. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод. реком. / Н. П. Бочкор, Є. В. Дубровська, О. В.Залеська та ін. – Київ: МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. – 84 с.

10. Халєпа К. Ф. Особливості психологічної допомоги дітям, які зазнали психологічної травми / К. Ф. Халєпа // Вісник Чернігівського національного

педагогічного університету. Сер. : Психологічні науки. – 2013. – Вип. 114. – С. 195-198.

### Транслітерація

1. Bartsalkyna V.V. Terapiya posledstviy detskykh travm, depryvatsyy u nasilyia kak profylaktyka addyktivnogo povedeniya / V. V. Bartsalkyna // Psykholohycheskaia nauka u obrazovanye. – 2010. – № 5. – С. 208-217.

2. Doroztseva E.H. Psykholohycheskaia travma u podrostkov s problemamy v povedenyy / E.H. Doroztseva. – М. : Henezys, 2006. – 128 s.

3. Kalshed D. Vnutrennyi myr travmy: arkhetypycheskye zashchity lychnostnogo dukha; per. s anhl. / D. Kalshed – М.: Akadem. proekt, 2001. – 368 s.

4. Kocharian A. S. Psykholohyia perezhyvani: uchebnoe posobyе / A. S Kocharian, A. M. Lysenaia. – Kh. : KhNU ymeny V. N. Karazyna, 2011. – 224 s.

5. Malkyna-Рых Y. H. Эkстремальные sytuatsyy: spravochnyk praktыcheskoho psykholoha / Y. H. Malkyna-Рых. – М. : Эkсмо, 2005. – 960 s.

6. Malkyna-Рых Y. H. Psykholohycheskaia pomoshch v kryzysnykh situatsiiakh / Y.H.Malkyna-Рых. – М. : Эkсмо, 2008. – 928 s.

7. Piatnytskaia E. V. Psykholohyia travmatыcheskoho stressa: ucheb. posobyе / E.V. Piatnytskaia. – Balashov; Nykolaev, 2007. – 140 s.

8. Psykholohichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatыchnykh podii: metodыchnyy posibnyk / Z. H. Kisarchuk, Ya. M. Omelchenko, H. P. Lazos, L.I.Lytvynenko... Tsarenko L. H.; za red. Z. H. Kisarchuk. – K.: TOV «Vydavnytstvo «Lohos». – 207 s.

9. Sotsialno-pedahohichna ta psykholohichna robota z ditmy u konfliktnyy ta postkonfliktnyy period : metod. rek. / N.P. Bochkor, Ye.V. Dubrovskа, O.V.Zaleska ta in. – Kyiv: MZHPТs «La Strada-Ukraina», 2014. – 84 s.

10. Khalepa K.F. Osoblyvosti psykholohichnoi dopomohy ditiam, yaki zaznaly psykholohichnoi travmy / K. F. Khalepa // Visnyk Chernihivskoho natsionalnogo pedahohichnogo universytetu. Ser. : Psykholohichni nauky. – 2013. – Vyp. 114. – S. 195-198

**Ким О.В.**

### **Преодоление травмирующих событий у детей**

*В статье рассмотрены особенности преодоления травмирующих событий у детей. Показано, что тяжелый стресс на фоне кризисных событий приводит к длительным нарушениям психического гомеостаза и физической декомпенсации. Рассмотрено понятие «травматический кризис» и «психологическое преодоления». Показано, что травматические кризисы как острые, так и хронические сильно влияют на развитие ребенка, оставляя глубокий след в его самости в случае неадекватной и несвоевременной помощи окружающих. Рассмотрено влияние травматического опыта на общее развитие ребенка. Показано, что в результате травмы в личности меняется привычная картина мира, исчезает доверие к нему (потеря ощущения, что мир безопасен и справедливый), деформируется система отношений с окружающими людьми, исчезает доверие к взрослым, теряется положительная перспектива на будущее. Охарактеризованы методы психологической помощи и психотерапии, при преодолении травмирующих событий у детей. Описано особый метод психологической помощи при кризисе - кризисная интервенция. Показано, что кризисная интервенция - это работа, направленная на*



выражение сильных эмоций и интенсивных чувств, актуализированных конкретной проблемой (ситуацией). Описано, особенности кризисных интервенций для детей и подростков. Установлено спектр проблем, при решении которых могут использоваться техники арт-терапии. Показаны различные концепции преодоления психологической травмы у детей. Установлены специфические задачи психолога при преодолении травмирующего события у детей. Рассмотрены основные стратегии преодоления травмирующих событий у детей.

**Ключевые слова:** травма, травматический кризис, психологическое преодоление, кризисная интервенция, арт-терапия, логотерапии, терапевтическая модель, соматическая терапия, экзистенциальная терапия и экзистенциально-гуманистическая терапия.

**Kim O.V.**

### **Overcoming traumatic events in children**

*In the article the features of overcoming traumatic events in children. It is shown that severe stress on the background of a crisis event leads to lengthy homeostasis of mental and physical decompensation. The notion of "traumatic crisis" and "overcome the psychological." It is shown that traumatic crisis of both acute and chronic strongly influence the development of the child, leaving a deep imprint on her self in the event of inadequate and untimely care environment. The effect of traumatic experiences on the overall development of the child. It is shown that as a result of trauma to personality changes a familiar sight the world disappears credibility (loss of feeling that the world is safe and fair) is deformed system of relations with others, trust disappears adults lost positive outlook for the future. The characteristic methods of psychological assistance and psychotherapy in overcoming traumatic events in children. Describes a special method of psychological help in a crisis - a crisis intervention. It is shown that the crisis intervention - a work aimed at expressing strong emotions and intense feelings of updated specific problem (situation). We describe the peculiarities of crisis intervention for children and adolescents. Established range of problems in deciding which technology can be used art therapy. Showing different concepts to overcome psychological trauma in children. Psychologist established specific task in overcoming traumatic events in children. The main strategy to overcome traumatic events in children.*

**Key words:** trauma, traumatic crisis, overcoming psychological, crisis intervention, art therapy, speech therapy, therapeutic model, somatic therapy, existential therapy and existential-humanistic therapy.

**Кім О.В.** – аспірантка кафедри психології та соціології Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Сєвєродонецьк.

УДК 159.923.2

**Кіреєва З. О., Мазурик В.М.**

## **ОСОБЛИВОСТІ ПРОЕКТУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ЖІНКАМИ**

*У статті розглянуто поняття життєвого шляху, як одне з стержневих понять психологічного часу. Простежено ретроспективний аналіз становлення поняття життєвий шлях у психології. Наголошується, що проблема проектування*