

**Яна Володимирівна Амурова,**

доктор філософії з психології,

доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного  
університету цивільного захисту України, м. Черкаси

## **ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ ОСОБИСТОСТІ У ПРОЦЕСІ ГРУПОВОЇ ПСИХОКОРЕКЦІЇ**

Сучасні соціально-психологічні умови в Україні характеризуються високим рівнем психоемоційного та професійного навантаження на фахівців професій типу «людина-людина» (психологи, педагоги тощо). Високий ризик хронічного стресу, емоційного вигорання та вторинної травматизації зумовлює необхідність системного відновлення психологічних ресурсів особистості фахівців, які здійснюють психологічну підтримку та працюють в освітній сфері.

Наукове дослідження особливостей активного відновлення внутрішніх ресурсів особистості у процесі групової психокорекції є особливо важливим для формування методологічно обґрунтованих практик підтримки психічного здоров'я фахівців, які працюють в екстремальних та кризових умовах.

Методологічні принципи групової психокорекційної роботи забезпечують структуровану інтерактивну взаємодію, яка спрямована на розвиток копінг-стратегій, підвищення стресостійкості та саморегуляції, що робить її ефективним методом психологічної підтримки. Метод активного соціально-психологічного пізнання (далі – АСПП), розроблений Т. С. Яценко [5], спрямований на глибинне пізнання цілісної психіки суб'єкта в процесі групової психокорекційної роботи, що, зокрема, сприяє відновленню психологічних ресурсів особистості.

Групова психокорекція за методом АСПП передбачає створення безпечного простору для учасників, де вони можуть вільно виражати свої емоції та переживання. Важливим елементом є використання опосередкованих засобів глибинного пізнання, зокрема комплексу тематичних психомалюнків,

що дає змогу пізнати несвідомі аспекти психіки [3]. Групова динаміка виступає як каталізатор змін, де взаємодія учасників сприяє усвідомленню та корекції деструктивних патернів поведінки.

У психодинамічній парадигмі, яка створена та розроблена Т. С. Яценко, організація групової психокорекційної роботи передбачає використання процесуальної психодіагностики (поєднання діагностики та корекції в єдиному інтегративному процесі). Групова психокорекція за методом АСПП організована таким чином, що кожен учасник має можливість не лише зрозуміти витoki власних психологічних проблем, але й дослідити їх у взаємозв'язку зі спонтанними реакціями групи. Завдяки застосуванню методів візуалізації психіки (психомалюнки, репродукції художніх полотен), а також аналізу вербальних і невербальних проявів учасників, стає можливим одночасно виявляти внутрішні суперечності особистості та створювати умови для їх корекції у безпечному груповому середовищі. Таким чином, групова психокорекція постає не лише як засіб підтримки, а як цілісна система активного соціально-психологічного пізнання, спрямована на відновлення внутрішньої цілісності особистості та її психологічних ресурсів.

У психокорекційному процесі за методом АСПП центральним є принцип цілісності психіки, яка охоплює як свідомі, так і несвідомі її сфери. Усвідомлювані прояви особистості, зокрема її установки, переконання та цінності, розглядаються у взаємозв'язку з несвідомими тенденціями психіки, що проявляються через символічні образи, невербальні реакції та спонтанні поведінкові акти у груповій взаємодії. Саме інтеграція цих двох рівнів забезпечує повноту пізнання внутрішнього світу людини [3]. Психокорекційний процес, націлений на включення як свідомого, так і несвідомого компонентів, створює умови для виявлення внутрішніх суперечностей та їх подолання, що сприяє відновленню психологічних ресурсів особистості, підвищенню її адаптивного потенціалу та розвитку соціально-перцептивного інтелекту.

Дослідження показують, що застосування АСПП сприяє зниженню рівня стресу, підвищенню стресостійкості та емоційної стабільності учасників. Вони

здатні краще усвідомлювати свої емоції, ефективніше взаємодіяти з оточенням та адаптуватися до змінних умов професійної діяльності [1; 4].

Засадничим положенням психодинамічного підходу в методичному аспекті виступає процесуальна діагностика, що передбачає нерозривну єдність діагностики та корекції і ґрунтується на діалогічній взаємодії психолога з суб'єктом. Її специфіка зумовлена індивідуальністю та неповторністю особистісних проблем протагоніста, що надає процесу неповторного семантичного забарвлення. Як підкреслює Т. С. Яценко, особливості процесуальної психодіагностики визначаються рівнем ригідності «захисних» тенденцій особистості, її психологічною готовністю до навчання, силою мотивації та орієнтацією на самозміни, оновлення способу життя й переосмислення взаємодії зі світом [6]. Тому наближення до внутрішньої феноменології суб'єкта, його бачення себе та інших, а також усвідомлення глибинних детермінант комунікативних труднощів є базовою умовою побудови процесуальної психодіагностики.

У групах АСПП діагностико-корекційний процес розгортається за умов, спеціально організованих для забезпечення глибинного пізнання [5]. Серед ключових організаційних аспектів виокремлюються принципи гуманістичної спрямованості: взаємодія у площині «людина – людина» при нівелюванні соціально-статусних відмінностей, відсутність оцінних суджень, критики, заохочень і покарань, що формує атмосферу підтримки, захищеності та довіри. Не менш важливими є принципи конфіденційності та безумовного прийняття особистості без критики чи осуду. Передумовою ефективності АСПП виступає також мінімізація зовнішніх стимулів до активності, що сприяє актуалізації спонтанності та природності поведінки у ситуації «тут і тепер» [2; 6].

Групова психокорекція, організована у форматі АСПП, є ефективним методом відновлення та збагачення психологічних ресурсів особистості. Специфіка полягає у поєднанні процесуальної діагностики та корекційного впливу, що забезпечує не лише усвідомлення глибинних проблем, але й створює умови для їх конструктивного опрацювання у взаємодії з іншими

учасниками групи. За рахунок діалогічної взаємодії, нівелювання соціально-статусних відмінностей і створення атмосфери довіри та безпеки відбувається активізація внутрішніх механізмів особистісної саморегуляції, що, у свою чергу, сприяє зниженню рівня психологічної напруги та підвищенню стресостійкості.

Важливо, що груповий формат психокорекційної роботи стимулює спонтанність і автентичність поведінки, дозволяючи учасникам реалізувати власний потенціал у ситуації «тут і тепер». Це забезпечує більш повне розкриття несвідомих аспектів психіки, а отже – їх інтеграцію у свідомий досвід. Завдяки цьому особистість отримує можливість не лише усвідомити обмежувальні «захисні» механізми, а й трансформувати їх у конструктивні способи подолання життєвих труднощів.

Таким чином, групова психокорекція сприяє активному відновленню психологічних ресурсів особистості, оскільки включає одночасно діагностичний, корекційний та розвивальний компоненти, що взаємно підсилюють один одного. Результатом групової психокорекції за методом АСПП є формування нових смислів, відновлення внутрішнього балансу, підвищення адаптивних можливостей та готовності до продуктивної життєдіяльності.

## **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Амурова Я. В. Особливості відображення феномену вини в малюнках тату : дис. д-ра філософії в галузі психології : 053. Переяслав, 2022. 385 с.
2. Амурова Я., Галушко Л. Особистісна психокорекція як необхідна передумова успішної професійної діяльності майбутніх психологів ДСНС України. Проблеми екстремальної та кризової психології. №. 9. 2025. С. 79-90.
3. Психоаналіз репродукцій художніх творів у підготовці психологів: навчальний посібник / Т. С. Яценко та ін. Дніпро, Київ, Інновація, 2018. 300 с.
4. Самодепривація психіки та дезадаптація суб'єкта : монографія / Т. С. Яценко та ін. Київ : НПУ імені М. Драгоманова, 2015. 280 с.

5. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання : навчальний посібник. Київ : Вища школа, 2004. 679 с.

6. Yatsenko T., Halushko L., Ivashkevych E., Kulakova L. Dialogue in In-Depth Cognition of the Subject's Psyche: Functioning of Pragmatic Referent Statements. Psycholinguistics. 2022. 31(1). P. 187-232.

**УДК [111.1 : 159.9 – 021.434] : 37.013**

**Анжела Іванівна Бойко,**

доктор філософських наук, професор, завідувач кафедри філософських,  
політичних і психологічних студій Черкаського державного технологічного  
університету

## **ФІЛОСОФСЬКІ ЗАСАДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ В ОСВІТІ: ВІД ОНТОЛОГІЇ ЛЮДИНИ ДО РЕЗІЛЬЄНТНОЇ ПЕДАГОГІКИ В УМОВАХ КРИЗИ**

Зазначена тема набуває особливої актуальності в сучасному світі, сповненому криз – від глобальних пандемій до локальних соціально-політичних викликів. Психологічна стійкість (resilience) в освіті не є лише психологічним феноменом, а глибоко вкорінена в філософських засадах буття людини. Від онтології, яка розглядає сутність існування, до практичної resilientної педагогіки, що адаптується до умов кризи, ця тема дозволяє нам переосмислити роль освіти як інструменту формування resilientної особистості. Це спроба простежити дискурс від онтологічних основ до педагогічних стратегій, спираючись на ключові теоретичні підходи.

Актуальність теми зумовлена тим, що освіта в умовах кризи повинна не лише передавати знання, але й виховувати здатність до адаптації та відновлення. Як зазначають дослідники, resilience в освіті сприяє формуванню позитивного мислення, адаптивності та навичок подолання труднощів. Це