

економіки, а також вирівнювання темпів інноваційного розвитку.

Взагалі економічне зростання можливе лише на основі інноваційного перетворення технологічного базису суспільного виробництва, за умов висококонкурентного середовища світової економіки. Але високий рівень зношення та вибуття основних засобів в Україні, на різних етапах становлення, кризові потрясіння, лише частково компенсується за рахунок ре новачійних процесів, а обсяги залучених інвестицій мають невелике значення.

Таким чином нагальна потреба в Україні є вдосконалення стратегічної моделі національної економіки на основі оптимізації критеріїв економічної безпеки та інвестиційно-інноваційної політики, враховуючи диспропорції між обсягами і структурою інвестицій, а також внутрішніми та іноземними інвестиціями, темпами зростання обсягів інвестицій і ВВП тощо. В майбутньому конкурентні переваги України, здатні забезпечити успішне впровадження інновацій, а підвищення конкурентоспроможності національних виробників, призведе до економічного зростання. Тому державі необхідно створювати системи заохочення підприємницької діяльності, адже підприємці є каталізаторами інноваційної діяльності, і вирішення проблеми щодо збільшення їх інноваційної активності, призведе до можливості швидко впроваджувати та проводити тестування нововведень.

Людмила Мельник

МОЖЛИВОСТІ АРТ-ТЕРАПІЇ В ПОДОЛАННІ ПСИХОТРАВМИ

В останні роки у світі все більш очевидною стає тенденція підвищення уваги до екстремальних подій, що відбуваються на планеті, поведінці людей в екстремальних ситуаціях та допомоги людям, у цих ситуаціях постраждалим. Така увага, з одного боку, визначається глобалізацією, що постійно поглиблюється, розширюється і прискорює планетарним об'єднанням людства та супутніми йому конфліктами.

Використовуючи поняття «нормальний» ми маємо на увазі, по-перше, що психічна травма та її переживання зустрічаються в житті практично кожної людини, і, по-друге, в більшості випадків результат переживання веде до інтеграції події в психічний досвід людини без спотворення її розвитку та без формування різних патологічних синдромів. Як не можна людині прожити життя без забитих місць і ран, так не можна прожити її і без психологічних травм.

Крім того, очевидно суттєвим є і осмислення способів психологічної допомоги та технік відновлення травмованої особи. Фахівцям психологічної сфери не вистачає навичок та знань для роботи з клієнтами, які

мають психологічну травму.

Саме тому зараз в українському психологічному просторі назріла гостра потреба у професійній науково-методичній літературі щодо допомоги клієнтам які мають психологічну травму, ПТСР люди які постраждали під час бойових дій, внутрішньо переміщені особи, сім'ї загиблих та ін. І окреме місце в цій літературі треба надати арт-терапії як методу, що є одним з найефективніших в роботі з психічною травмою, страхами та ПТСР.

Переживання травми сприймається як динамічна система з її підсистемами: психофізіологічної, когнітивної, емоційної, підсистемою установок та ін.

Психічна травма розглядається не як щось виняткове, а як явище, що виникає у житті практично будь-якої людини. При цьому переживання психічної травми сприймається як тимчасове порушення цілісності та функціонування особистості, викликане зовнішньою подією.

Доведено, що практично неможливо дати всеосяжний перелік травмуючих подій, оскільки за певних умов майже будь-яка подія може сприйматися як така. Традиційно виділяють такі типи подій, як військові дії, терористичні акти, техногенні та екологічні катастрофи та більше локальні події «повсякденного» життя (пожежі, нещасні випадки, акти насильства тощо), аж до «побутових» (хвороба, смерть близьких, бійка тощо).

Завданням арт-терапії є трансформація травми, що вимагає мобілізації особистісних якостей та ресурсів, і здатність управляти ними. Це те, що допомагає людині зберігати та підтримувати стійке відчуття себе та власної внутрішньої цілісності. Ресурси надають основу для стійкості, впевненості в здатності подолання наслідків психотравмуючої події, вони є основою адаптивних захисних реакцій.

Арт-терапевтичні методи та техніки, безпосередньо спрямовані на корекцію психотравмуючої події (психоаналітичні, психодинамічні, поведінкові методи, казкотерапія, ігротерапія, арт-терапія та, зокрема, піскова терапія та ін.) сприяють корекції різних емоційних станів образами художньої творчості. Ці образи на несвідомо символічному рівні дозволяють клієнту транслювати найглибші переживання, проектуючи внутрішні конфлікти у візуальні форми, допомагають виправляти неадаптивні установки, екзистенційні страхи та ірраціональні уявлення. У процесі піскової арт-терапії, що дозволяє як символічна комунікація використовувати мову образотворчої експресії, забезпечується доступ до глибинних цінностей несвідомого самозцілюючих ресурсів.

Це найбільш розроблений напрямок із величезною кількістю технік, прийомів, методик. Н. Калька, З. Ковальчук пропонують арт-терапевтичні техніки роботи з емоціями та почуттями, техніки роботи з Я-концепцією, роботи з картиною світу та ціннісно-сисловою сферою, мотиваційною

сферою, також техніки роботи з жіночністю та сексуальністю, зі стосунками (дитячо-батьківськими, сімейними, парними), техніки групової арт-терапії. Більшість батьків самі є жертвами військових дій і потребують кваліфікованої психологічної допомоги [1, с. 31].

Творчість спонукає не тільки до відбиття у свідомості людини навколишньої дійсності, але і надає можливості її трансформації. Арт-терапія є потужним напрямом психологічної допомоги особистості, це невербальна форма роботи, яка не має обмежень у використанні. Н. В. Маркова вказує на те, що невербальні засоби часто є єдино можливими для вираження і прояснення травмуючого емоційного стану [1, с. 31]. А лікувально-корекційні ефекти арт-терапії можуть проявлятися завдяки образотворчій діяльності навіть при відсутності подальшої вербалізації переживань, що пов'язано з дією цілого ряду терапевтичних чинників і механізмів (релаксація, катарсис, розвиток навичок самоорганізації та прийняття рішень, переживання інсайту і ін.).

Арт-терапія є відповідним способом допомогти людині, яка пережила травму. Переваги використання арт-терапії для роботи з такими клієнтами є її ресурсність, використання мови символів, задіяння тіла людини в творчій роботі, можливість створення атмосфери емоційної близькості та розуміння і прийняття в арт-терапевтичному просторі через створені образи.

Арт-терапія пропонує можливості відновити особистісні ресурси та створити нові, одночасно звертаючись до фізичних, образних та емоційних компонентів сприйняття психологічної травми та ПТСР звільнити та усвідомити сильні почуття, пов'язані з травмуючими подіями, переосмислити ці події та побудувати нові, продуктивні життєві стратегії, що сприятимуть посттравматичному розвитку особистості.

Список використаних джерел

1. Простір Арт-терапії для зцілення дітей в умовах війни. URL: <http://surl.li/gcyhz> (дата звернення: 03.04.2023).
2. Можливості Арт-терапії у подоланні психологічної травми. URL: <http://surl.li/gcyja> (дата звернення: 3.04.2023).

Валерія Мирончук

ПОНЯТТЯ ПРО МІНЕРАЛЬНІ ДОБРИВА, ПРОБЛЕМАТИКА ТА ЇХ ХАРАКТЕРИСТИКА

В зв'язку зі збільшенням населення потрібно збільшувати і кількість продовольчих запасів. І для максимально швидкого та якісного його збільшення і необхідні мінеральні добрива, так як вони прискорюють розвиток тих чи інших сільськогосподарських продуктів.