

Керування своїми емоціями та настроєм усередині команди. Стресостійкість і здатність зберегти спокій дають можливість ухвалювати обдумані рішення.

Імідж. Зовнішній вигляд, мова, пози та жести відіграють важливу роль у стосунках лідера з групою.

Отже, тімлід – це висококваліфікований ІТ-фахівець, який має характеристики досвідченого технічного фахівця, навички менеджменту та лідерські якості. Бере участь у роботі над його архітектурою проекту та володіє необхідними інструментами управління продуктом і командою розробки.

Список літератури:

1. <https://www.indeed.com/career-advice/careerdevelopment/responsibilities-of-a-team-leader>
2. <https://managementstudyguide.com/role-of-team-leader.htm>

Дзекановська О.

м. Харків, Україна

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

КОРЕКЦІЯ НЕГАТИВНИХ СТАНІВ У СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

У вітчизняній психології студентський вік, як перехідний від юності до зрілості, розглядається у контексті завершення процесів психічного розвитку та характеризується, як найбільш відповідальний та критичний. Студент, як особистість може характеризуватися з трьох сторін: з психологічної, яка є єдність психічних процесів, станів та властивостей особистості (спрямованість, темперамент, характер, здібності); із соціальною, яка включає громадські відносини, якості, що породжуються

включеністю студента в певну соціальну групу; з біологічною, до якої входить тип вищої нервової діяльності, будова аналізаторів, безумовні рефлекси, інстинкти, фізична сила, тип статури тощо, що зумовлено спадковістю та вродженими задатками, але може змінюватися під впливом умов життя [1].

Психологи давно встановили основні перешкоди, що стоять на шляху особистісного зростання. Насамперед, це саме внутрішні бар'єри та негативні емоційні стани. Вони – результат нашого минулого досвіду, травм, переконань, обмежень та звичок. Одним із новітніх безпечних методів, що допомагають в опрацюванні психологічних проблем є арт-терапія. Арт-терапія – це вид психотерапії та психологічної корекції, заснований на мистецтві та творчості.

Арт-терапія розуміється, як особливий емпіричний метод, пов'язаний з вираженням емоцій та інших змістових компонентів психіки людини через мистецьку діяльність з метою зміни її стану та структури світобачення. В групу різних видів терапії творчістю поряд з арт-терапією також входять музична терапія, драма-терапія, танцювальна терапія та терапія рухами [2]. Емпірично доведено сприятливий вплив арт-терапевтичних методів у корекції негативних емоційних станів. На підставі множинних теоретичних та емпіричних досліджень було створено курс корекції "Психотравма" для опрацювання негативних станів психіки особистості. Курс був розроблений для дітей середнього шкільного віку, але методи арт-терапії настільки універсальні, що можуть бути корисними для будь-якого віку людини. Лікувально-корекційний курс арт-терапевтичних методів "Психотравма" складає три етапи:

1 етап – діагностування та часткова проробка на початковому рівні з допомогою технік "Неіснуюча тварина" та "Сім'я у образі квітів". З допомогою названих методів проводиться діагностика наявності

травмованості і починається початкова корекція. На цьому етапі відбувається децентрування, що допомагає перемикнути увагу, подолати обмеження, здійснити перехід за межі звичайних схем мислення, щоб врівноважити сприйняття травматичної події. Наприкінці проходження методик “Неіснуюча тварина” та “Сім’я у образі квітів” у процесі осмислення допоміжних питань пройдених практик відбувається централізація і більше усвідомлення пережитих травматичних подій [3].

2 етап – основний лікувально-корекційний. На цьому етапі відбувається екстерналізація у досягненні контролю над травматичним досвідом і створюється за допомогою методик наративного письма, або казкотерапії “Створи про себе казку” та техніки колажування “Картина світу”. У процесі створення казки про себе респондент починає усвідомлювати, що він сам творець своєї історії, події сприймаються більш осмислено і менш болісно. З допомогою методики “Картина світу” здійснюється усвідомлення реальних подій, осмислення, як влаштовано світ та пошук нових рішень, смислів [4].

3 етап – корекційний і проєктивний з використання технік “Прощання” та “Автопортрет у натуральну величину”. З допомогою техніки “Прощання”, людина може позбавитися від негативних емоцій та напруження, а техніка “Автопортрет у натуральну величину” покаже результат попередніх методик роботи над собою та ефективність виконаної роботи [5].

Таким чином впровадження занять з арт-терапії у студентів допоможе зняти психологічні бар’єри, які заважають розвитку студентів.

Негативні емоційні стани, такі як страх, тривожність, стрес, депресія та агресивність перешкоджають нормальному особистісному розвитку, ефективної соціалізації особистості. Існує ряд методів практичної психокорекції (система заходів, орієнтованих на клінічно здорову особу

людини), що має у своєму повсякденному житті певні психологічні проблеми. Ефективність приносить комплексний вплив компетентно підібраних методів, що використовуються в груповій чи індивідуальній формах роботи із клієнтами.

Список літератури

1. Бикова В. О. Сутність, структура та діагностика рівня сформованості конкурентоздатності майбутнього фахівця: навчально-методичний посібник / В. О. Бикова. – Дніпропетровськ: Дніпропетровський університет ім. А. Нобеля, 2012. – 88с.
2. Вознесенська О., Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога, 2001. — 118с.
3. Ільченко, І., 2013. Арт-терапія: навчальний посібник для студентів. Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві».
4. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
5. Тарарина Е., 2021. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера: уч.-метод.пособ./-бизд. – К.: АСТАМИР-В. – 224с.

Дробшишева В.

м. Харків, Україна

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

**РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ
ВИКЛАДАЧА ДЛЯ УСПІШНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ
ДОРΟΣЛИХ ЛЮДЕЙ**

Сучасний стан розвитку професійної діяльності викладача закладу вищої освіти відбувається під впливом багатьох чинників, серед яких: євроінтеграційні процеси, швидкий розвиток інформаційного простору,