



Міністерство освіти і науки України
Мукачівський державний університет
Кафедра психології
Мукачівська міська рада
Волинський національний університет ім. Лесі Українки
Поморська академія у Слупську

Становлення особистості: персоногенетичний контекст

Збірник тез доповідей

Україна, Мукачево
18-19 травня 2023р.

УДК 159.923.2:159.922(043.2)

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Інтернет
Науково-технічною радою Мукачівського державного університету
(Протокол №4 від 16.05.2023р.)

C11

Становлення особистості: персоногенетичний контекст: збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції, 18-19 травня 2023р., Мукачево/ Ред. кол. Щербан Т.Д.(гол.ред.) та ін.–Мукачево: Вид-во МДУ, 2023.–121с.

Редакційна колегія:

Щербан Т.Д. – д. психол. н, професор (голова); **Гоблик В.В.** – д. екон. н., професор; **Моргун А.В.** – к. філолог.н., доцент; **Корнієнко І.О.** – д. психол. н, професор; **Брецько І.І.** – к. психолог. н, доцент; **Воронова О.Ю.** – к. психолог. н, доцент.

УДК 159.942:615.851:37.091.12:159-051(043.2)

ДОЛИНАЙ М.І., ПЕНЗЕЛИК В.С., ЯМЧУК Т.Ю.
Мукачівський державний університет

ЕМОЦІЙНО-ОБРАЗНА ТЕРАПІЯ В РОБОТІ ПСИХОЛОГА

Внутрішній світ кожного суто індивідуальний. На перший погляд, однакові предмети, певні люди, ситуації можуть викликати в людей протилежні почуття та по-різному впливати на їхній емоційний настрій. Один спокійно і тихо впізнає образи навколо себе, а інший впізнає їх неадекватно, що іноді призводить до психологічних проблем. Такі люди часто звертаються за допомогою до психотерапевта, щоб полегшити свій психічний стан і впорядкувати свій емоційний світ.

Емоційно-образна терапія – сучасний метод психодинамічного напрямку психотерапії, спрямований на вирішення психологічних і психосоматичних проблем людини. Емоційно-образна терапія) є психотерапевтичним підходом, який акцентується на використанні емоційних та образних матеріалів для розуміння і трансформації психічних проблем. Вона часто використовується в роботі психотерапевтів для допомоги клієнтам у розкритті, розумінні та вираженні своїх емоцій, а також для розвитку нових способів мислення і сприйняття.

Об'єктом емоційно-образної терапії є хронічні деструктивні емоційні стани, а засобами їх корекції – образи цих станів, які спонтанно виробляються клієнтом в процесі роботи [1].

Емоційно-образна терапія включає ряд основних принципів:

- емоційна свідомість: акцентує на розвитку свідомості клієнта щодо їхніх емоцій, включаючи впізнавання, розуміння та прийняття їх. Це включає усвідомлення та навчання клієнта розрізняти різні емоційні стани, їх виявлення в тілі та розуміння їхнього значення.

- емоційна експресія: стимулює клієнта виражати свої емоції через різні форми творчості, такі як малювання, письмо, рух або драматерапія. Це надає можливість клієнту виразити свої емоції безпосередньо і без обмежень, сприяє їхньому видаленню і трансформації.

- використання образів та метафор: використовує образи та метафори для розширення сприйняття та розуміння проблем клієнта. Це дозволяє розглядати проблему з різних ракурсів і знайти нові способи її сприйняття та розв'язання.

- розвиток емоційної гнучкості: ЕОТ сприяє розвитку емоційної гнучкості, що означає здатність адаптуватися до різних емоційних станів та ситуацій. Це включає в себе навчання клієнта розпізнавати, розуміти та ефективно реагувати на свої емоції.

Отже, емоційно-образна терапія – аналітично ефективний підхід, який полягає в тому, що аналіз заявленої клієнтом психологічної проблеми і коригувальний ефект для її вирішення в ході психотерапевтичної роботи є

єдиним нерозривним процесом. При цьому аналітична частина, що включає теоретичне обґрунтування, інтерпретацію і вибір найбільш ефективного методу корекції, іноді залишається непомітною для клієнта. Це дозволяє пом'якшити біль від реалізацій, що відбуваються і в той же час не дати психіці побудувати нові захисні сили, що в свою чергу створює можливість значно скоротити час, що витрачається на надання психотерапевтичної допомоги.

Емотивно-образна терапія поєднує в собі простоту і доступність, ефективність і екологічність як для клієнта, так і для практикуючого психолога.

Список використаних джерел

1. Блінов О.А. Емоційно-образна терапія образи (випадок з практичної роботи). *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір (до 25-річчя Національного університету "Одеська юридична академія" та 175-річчя Одеської школи права) : матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 24 черв. 2022 р.). Нац. ун-т «Одес. юрид. акад.», каф-ра психології*. Одеса: Національний університет «Одеська юридична академія», 2022. С.30-31.

2. Oleg, Blinov. Emotionally-shaped therapy as a modern method of psychological psychotherapy // *European Journal of Humanities and Social Sciences*, «East West» Association for Advanced Studies and Higher Education GmbH. Vienna. 1(1) 2017. - P. 40-43.

УДК 336.744-043.2:159.923(043.2)

ПІГОШ В.А., КОЗЕЛ А.І.
Мукачівський державний університет

ВПЛИВ ВОЛОДІННЯ КРИПТОВАЛЮТАМИ НА ПСИХОЛОГІЮ ЛЮДЕЙ

В останні роки криптовалюти стали досить популярним фінансовим інструментом. З одного боку, володіння криптовалютами може стати вигідним в інвестиційному плані, з іншого боку, воно може мати значний вплив на психологію людини.

Володіння криптовалютами може створювати в людей певний ступінь ейфорії. Оскільки це новий інструмент, який ще не став загальновідомим, люди можуть почуватися як учасники в інноваційному процесі. Вони можуть почувати себе успішними та компетентними у фінансовій сфері, що може збільшити їх самооцінку [1].

З іншого боку, володіння криптовалютами може стати причиною стресу. Це пов'язано з тим, що криптовалюти дуже нестабільні і їх курс може раптово змінюватися в залежності від ситуації на ринку. Люди можуть відчувати тривогу, коли їх інвестиції в криптовалюти починають втрачати вартість.

Володіння криптовалютами також може мати вплив на рівень внутрішньої мотивації людини. Якщо людина володіє криптовалютами, то вона може почувати більшу свободу у прийнятті рішень щодо своїх фінансів. Вона може почувати себе більш незалежною та вільною у своїх діях. З іншого боку, якщо людина втратила гроші на криптовалюти, це може спричинити



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>