



Критичне дослідження» (1995). Ці праці, писані в умовах комуністичного диктату, відзначаються сміливим трактуванням «Кобзаря», особливо поеми «Великий льох».

С. Груя оцінював діяльність і творчість Шевченка, а з ними й історичну місію Румунії та України, з погляду європейських культурних цінностей. Дослідник часто трактував пророчі слова Кобзаря про «братолюбіє» і «єдиномисліє», на основі чого постає велика сім'я народів світу, об'єднана тезою про загальнокультурні цінності. Крім того, він вдається в історичне минуле, щоби підтвердити, що їх у давнину виборювали два сусідні народи.

У національно-патріотичній площині С. Груя розглядає поеми Т. Шевченка «Іван Підкова» та «Гайдамаки» (особливо пісню кобзаря Волоха), а звідси робить важливий висновок про «найпотрясаючі» і «найактуальніші спонуки» до взаємоторчих стосунків між двома сусідніми народами. А коли російський царизм розділив на куски Волощину, піддавши Бессарабію немилосердному національному й соціальному гніту, знову Шевченко з обуренням вигукнув: «Од молдованина до фінна / На всіх язиках все мовчить, / Бо благоденствує!». Тому науковець закликав прислуховуватися до Кобзарєвого слова, бо воно, як ніколи, актуальне в наш час.

У своїх студіях С. Груя порушив одну з найважливіших проблем спадщини Шевченка – зв'язку із Біблією. На думку дослідника, поет часто використовує численні паралелі з Біблією, щоб до кінця довести місію пророка української нації. Зацікавлення Святим Письмом науковець пояснює не так глибокою релігійністю, як невтомним шуканням правди, яку Шевченко мріє побачити втіленою людською істотою, наділеною ореолом божества.

Цікавими спостереженнями позначене дослідження С. Груї про жанр балади у творчості Кобзаря, представлений, на думку славіста, не тільки «Причинною», «Утопленою», «Тополею», «Лілеєю», «Русалкою», а й такими творами, як «У Бога за дверима лежала сокира», «Перебендя», «Іван Підкова», «Гамалія», «Тарасова ніч». Науковець прагнув передусім показати новаторський характер згаданого жанру у творчості Т. Шевченка в порівнянні з попередниками поета. «Причинна», на його думку, побудована за зразком класичної опери, що починається увертюрою з чотирьох строф.

Заслуговують на увагу міркування вченого про спорідненість «Причинної» з народною піснею про чумаків, записаною М. Максимовичем у 1827 р., на що свого часу вказував історик літератури М. Петров.

Один з найбільших розділів своєї шевченкознавчої монографії С. Груя присвятив питанню гротеску, іронії та сарказму в поезії Кобзаря, вважаючи їх закономірними у літературних зразках поета-романтика.

Проаналізувавши увесь творчий доробок українського поета, румунський науковець робить висновок, що Шевченко, незважаючи на описані події, завжди уособлює сучасну йому Україну, її національне та духовне існування. Дослідник тлумачить художнє світобачення поета, довівши, що Шевченко – романтик.

Любіна Л.А.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПРОФІЛАКТИКИ ТА ПОДОЛАННЯ ЖИТТЄВИХ КРИЗ ОСОБИСТОСТІ

Кафедра психології та філософії

Буковинський державний медичний університет

Актуальність дослідження тематики життєвих криз особистості на певних етапах становлення та розвитку суспільства продиктована пошуком вирішення низки важливих завдань, серед яких найвагомішим є вирішення проблем збереження психічного та психологічного здоров'я особистості та формування до нього ціннісного ставлення з боку суспільства. В сучасних умовах періоду пандемії COVID-19 соціальне життя населення в нашій країні та світі зазнало вагомих змін, що позначилось на якості життя як окремих людей, так і суспільства загалом. Значно збільшилась кількість негативних впливів на людину, які вона не завжди спроможна опанувати, конструктивно на них відреагувати або адаптуватися до них.



Мета нашої роботи полягала у здійсненні теоретико-методологічного аналізу сутності та витоків поняття «життєва криза особистості», аналіз сучасних психологічних підходів та методів профілактики психологічних деструкцій, моделей надання психологічної допомоги населенню з метою підтримки їх психологічного здоров'я.

Методологічні та теоретичні аспекти дослідження життєвої кризи особистості відображено в багаточисельних працях закордонних та вітчизняних науковців (А. Амбрумова, Ф. Василюк, Л. Виготський, Е. Еріксон, В. Козлов, Л. Ліндемманн, С. Рубінштейн, Т. Шибутані, Г. Шихі, Т. Холмс, Р. Рая, С. Хобфолл, С. Карвер, М. Шейер, Дж. Вейнтрауб та ін.), які зауважують, що будь-яка психологічна криза передбачає різку зміну статусів персонального життя, коли звичний спосіб існування більше неможливий, а новий – ще не винайдено. Сутнісна природа особистісних криз полягає, перш за все, у порушенні внутрішньої рівноваги (психічної, душевної, емоційної) чи гомеостазу людини у зв'язку із середовищними впливами, тому не кожна критична ситуація в житті людини може призвести до переживання кризи, натомість незначна, зовнішньо незначуща подія, може стати вирішальною і стати причиною виникнення кризи.

Детальний аналіз вищезазначених літературних джерел переконливо доводить, що ефективність подолання криз визначається не лише швидкістю наданої допомоги, а насамперед, глибиною внутрішнього опрацювання власних переживань, можливостями використання виниклої проблеми для власного зростання та розвитку, усвідомленням екзистенціального контексту кризи. Життєвий досвід особистості, рівень її стресостійкості, адаптаційні можливості та наявність необхідних ресурсів визначають вибір певної поведінкової стратегії та техніки у кризовий період життя. Сукупність механізмів психологічних захисту та способів подолання стресових ситуацій складають адаптаційну систему особистості та сприяють формуванню її адаптивності.

Отже, в сучасних інформаційних джерелах з антикризової психології представлено різноманітні методи, засоби та стратегії надання психологічної допомоги та самопомоги особистості в складних умовах її життя. Зокрема: використання конструктивних копінг-стратегій (розв'язання проблеми, пошук соціальної підтримки, уникнення стресової ситуації); методи психологічної допомоги: техніки когнітивно-поведінкової терапії (КПТ); спеціальні техніки адаптивної саморегуляції та релаксації (антистресове харчування, антистресова аутофітотрегуляція, фізична активність, прогресивна м'язова релаксація, аутогенне тренування); техніки дихання, візуалізації, йоги; метод систематичної десенсибілізації; методи нейролінгвістичного програмування; методи парадоксальної інтенції; гештальт-техніки. Вагоме місце серед ефективних інструментів емоційної регуляції та саморегуляції займає гуморотерапія та техніка майндфулнес (mindfulness). А також проведення групових занять у вигляді спеціальних тренінгів, що спрямовані на розвиток впевненості особистості в собі та розвиток нових способів переживання життєвих подій.

Максимюк М.В.

ІННОВАЦІЙНА ОРІЄНТОВАНІСТЬ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНОЇ РОБОТИ ВИКЛАДАЧА ВНЗ

*Кафедра суспільних наук та українознавства
Буковинський державний медичний університет*

Сьогодні інноваційна діяльність викладачів ВНЗ стає основним напрямом реалізації модернізаційних реформ в освіті й одним із суттєвих напрямів переходу до моделі інноваційного розвитку України загалом. Головна проблема реформування сучасної освіти полягає в отриманні студентами умінь і навичок саморозвитку, що вирішується завдяки впровадженню інноваційних технологій організації процесу навчання.

До основних принципів інноваційної освіти належить засвоєння знань у системі, креативність, різні нетрадиційні форми занять, широке використання наочності. Інноваційне навчання – це новий погляд на навчальний процес, коли основною метою навчання стає особистісно-діяльнісний підхід кожного здобувача освіти до процесу навчання, творчість і