

педагогических наук: спец. 13.00.01 «Общая педагогика, история педагогики и образования» Новокузнецк, 2006. 23 с.

15. Смирнов Б.Н. О разных подходах к проблеме воли в психологии. Вопросы психологии. 2004. № 3. С. 64–70.

16. Поліщук С.А. Особливості розвитку волі в учнів молодшого шкільного віку: дис. канд. психол. наук: 19.00.07. Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2001. 220 с.

17. Иванников В.А. Волевая регуляция и здоровый образ жизни. В.А. Иванников, В.Н. Шляпников. Материалы научно-практических конгрессов III Всероссийского форума «Здоровье нации – основа процветания России». М., 2007. Т. 3, Ч. 1. С. 64–66.

18. Селигман М. Оптимизм, которому можно научиться М.: Наука, 2007. 168 с.

19. Carver C.S. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. Carver C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. Journal of Personality and Social Psychology. 1989. Vol. 56. P. 267–283

20. Селигман М. Как научиться оптимизму. Измени-те взгляд на мир и свою жизнь. Альна Паблишер, 2018. 338 с.

21. Gaudreau P. Optimism, pessimism, and coping in a dual-domain model of sport and school satisfaction. Gaudreau P., Gunnell K.E., Hoar S.D., Thompson A., Lelièvre J. Sport, Exercise, and Performance Psychology. 2014. 37 p.

22. Evaluating Measures of Optimism and Sport Confidence / Gerard J. Fogarty, Harsha N. Perera, Andrea J. Furst, Patrick R. Thomas. URL: [https://eprints.usq.edu.au/28355/17/Fogarty\\_etal\\_2016\\_ePrints\\_version.pdf](https://eprints.usq.edu.au/28355/17/Fogarty_etal_2016_ePrints_version.pdf).

23. Новицький Ю.В. Концептуальні засади формування професійної компетентності в фізичному вихованні і спорті. URL: <http://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/20704/1/kontseptualni.pdf>.

24. Бабич Н.Л. Емоційно-вольовий компонент підготовки спортсменів. Бабич Н.Л., Беседа Н.А., Піменов О.О. URL: [file:///C:/Users/Dell5420E/Downloads/VchdpuPN\\_2014\\_118\(1\)\\_4%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Dell5420E/Downloads/VchdpuPN_2014_118(1)_4%20(3).pdf).

УДК 159.99

## ТРАНСФОРМАЦІЙНІ ІГРИ ТА ЇХ РОЛЬ В ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Наумік-Гладка К.Г., д. е. н., доцент,  
професор кафедри туризму

*Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця*

Скориніна-Погребна О.В., д. соціол. н., професор,  
професор кафедри психології діяльності в особливих умовах  
*Національний університет цивільного захисту України*

У статті проаналізовано сутність трансформаційних ігор, історія їх розвитку та особливості впливу на психіку людини. Авторами запропоновано класифікацію трансформаційних ігор за різними критеріями, охарактеризовано наявні ігри та порядок проведення трансформаційних ігор.

**Ключові слова:** ігри, психологічне консультування, особистість, особистісні ресурси, психотерапія, розвиток особистості, трансформаційні ігри.

В статье проанализирована сущность трансформационных игр, история их развития и особенности воздействия на психику человека. Авторами предложена классификация трансформационных игр по различным критериям, охарактеризованы существующие игры и порядок проведения трансформационных игр.

**Ключевые слова:** игры, психологическое консультирование, личность, личностные ресурсы, психотерапия, развитие личности, трансформационные игры.

Naumik-Hladka K.H., Skorynina-Pohrebna O.V. TRANSFORMATIONAL GAMES AND THEIR ROLE IN PRACTICAL PSYCHOLOGY

The essence of transformational games, the history of their development and peculiarities of the impact on the human psyche are analyzed in the article. The authors proposed the classification of transformational games by various criteria, the existing games and the order of the transformation games were characterized.

**Key words:** development of a personality, games, psychological counseling, personality, personal resources, psychotherapy, transformational games.

**Постановка проблеми.** Соціальна та економічна ситуація в Україні характеризується динамічними змінами (безвізовий режим, стрибки валютного курсу, соціокультурні інтегративні процеси, руйнуван-

ня традицій і створення інших культурних цінностей), які створюють нові умови для самореалізації громадян, необхідність приймати рішення в умовах великої кількості інформації і обмеженого часу. З розвитком



суспільства змінюються потреби людей, що викликає необхідність нових дій в нових умовах для їх задоволення. Як наслідок, відбуваються зміни в рівні життя населення, тобто змінюється рівень матеріального статку, ступінь задоволеності матеріальних, духовних та соціальних потреб. Актуалізується необхідність узгоджувати свої бажання із власними можливостями.

На тлі цих подій психіка людей піддається негативним впливам, в результаті підвищується якість серцево-судинних і неврологічних захворювань, включаються психосоматичні прояви, що сприяє погіршенню психологічного стану людей. Як наслідок – відбуваються зміни в комунікативній, професійній, сімейній, екзистенціальній сферах.

У 2016 році кількість звернень по психологічну допомогу на фоні депресивного стану збільшилася на 5–10% (число звернень до психологів за допомогою під час депресії зросло на 10%), що обумовлено не тільки зростанням рівня стресу, а й розвитком доступності психологічної допомоги, популяризації психологічного консультування.

Все це сприяє зростанню стресу і затребуваності грамотних фахівців і інноваційних методик для психологічного консультування.

В умовах зростання необхідності психологічної допомоги, на жаль, тільки незначна частина громадян України готова по неї звертатися. Це пояснюється недостатньо сформованим рівнем психологічної культури, коли звернення до психолога сприймається як прояв слабкості або психічне порушення.

У зв'язку з цим чудовим виходом з ситуації, що склалася, стало використання в практичній психології на ринку психологічних послуг ігрової психотерапії, особливо трансформаційних ігор (Т-гра).

**Аналіз останніх досліджень.** Гра є одним з основних видів людської діяльності [1]. Гра з метою терапії вперше була описана З. Фрейдом в роботі «Аналіз фобії п'ятирічного хлопчика». З. Фрейд висловлюється про гру як про хибну репродукцію іншого, набагато важливішого в життєвому відношенні до ситуації. Він описує, що передбачувана гра клієнта повинна мати символічне значення, що заміщає ставлення до іншого бажаннями, які ще не висловлені. Отже в грі змінюються ролі, оскільки ця гра слугує фантазії, заснованій на бажанні [2].

Е. Берн досліджував, що людина в соціальній групі в кожен момент часу виявляє один зі станів Я – Батько, Дорослий або Дитина. У своїх спостереженнях він доводив, що люди можуть переходити з одного стану

в інший. **Его-стан батька** містить установки і поведження, перейняті ззовні, насамперед від батьків. Зовні вони часто виражаються в критичному і турботливому поведженні стосовно інших. Як і всі інші его-стану, стан **Я-батько** має сильні і слабкі сторони. До сильних сторін батьківського стану зазвичай відносять такі: впевненість у своїй правоті, віра в силу моральних вимог, прагнення до заступництва і захисту слабкого. Слабкі сторони – усвідомлення своєї переваги і права «карати», догматизм, безапеляційність.

**Его-стан дорослого** не залежить від віку особистості. Він орієнтований на сприйняття поточної реальності і на одержання об'єктивної інформації. Він є організованим, добре пристосованим, спритним, таким, що діє, вивчаючи реальність, оцінюючи свої можливості і спокійно їх розраховуючи.

**Его-стан дитини** містить спонукання, які виникають у нього природним чином. Він містить характер ранніх дитячих переживань, реакцій і позицій щодо себе та інших. Его-стан дитини відповідає також за творчі прояви особистості.

Тому цілком можна ґрунтуватися на положенні, що результати дослідження ігрових технік для розвитку дітей можуть бути використані для створення ігор для дорослих. Також важливим аргументом розвитку ігор в терапевтичних цілях є розуміння ідеї, що гра – елемент міжособистісної та соціальної взаємодії.

Цікавим спостереженням є те, що фонетично слово «люди» співзвучно до латинської «ludens», що означає «грає». Без сумніву всі люди протягом життя грають, часто цього абсолютно не усвідомлюючи. Ігри, в які грають люди, мають безліч видів. Вони пов'язані зі сценаріями, а сценарії часто визначають долю.

Е. Берн розглядає варіативність ігор, серед яких, наприклад, мають місце «подружні ігри», «ігри злочинного світу», «ігри на все життя». Аналіз ігрових ситуацій, способи передбачення розв'язок ігор та сутність виграшу надають психологу потужний інструмент для практичної роботи.

Основний принцип теорії ігор з Е. Берна полягає в наступному: будь-яке спілкування (порівняно з його відсутністю) корисно і вигідно для людей. Цей факт був підтверджений експериментами на щурах: було показано, що фізичний контакт сприятливо впливав не тільки на фізичний і емоційний розвиток, але також на біохімію мозку і навіть на опірність у хворих на лейкемію. Істотною обставиною стало те, що ласкаве звернення і хворобливий електрошок виявилися однаково ефективним засобом підтримки здоров'я щурів.

Різні варіанти однієї і тієї ж гри можуть протягом декількох років бути в основі сімейного та подружнього життя або відносин всередині різних груп [3].

Згідно Ж. Піаже, гра є містком між конкретним досвідом і абстрактним мисленням, саме символічна функція гри є особливо важливою. Розгляд питань психології гри в зв'язку з розвитком наслідування і символічної функції розкривається через акомодацию і асиміляцію, функціональну або відтворюючу. Таким чином, на думку Ж. Піаже, гра – переважання асиміляції над акомодациєю. Зміст акомодациї, згідно Ж. Піаже, – це пристосування схем поведінки до ситуації, що вимагає від організму певних форм активності. В результаті акомодациї наявна схема змінюється. Основний критерій гри – звільнення від конфліктів. Завдяки асиміляції в грі, «Я» підпорядковує собі весь світ, в результаті проблема ліквідується або рішення стає більш прийнятним, що досить близько до психоаналізу і методу вільних асоціацій З.Фрейда. Змістом асиміляції є засвоєння певного матеріалу вже наявними схемами поведінки, «підтягування» реальної події до когнітивних структур індивіда. Знак як такий, чисто умовний («довільний») і повністю сконструйований, не є достатнім засобом вираження мислення: той, хто грає не задовольняється тим, щоб говорити, – йому потрібно грати в те, що він думає, висловлювати свої думки символічно, за допомогою жестів або об'єктів, представляти речі за допомогою імітації, малювання або конструювання. Справедливою є позиція Ж. Піаже, що система колективних знаків сама по собі не породжує символічну функцію, а лише природно розвиває її в такому обсязі, який для окремо взятого індивіда міг би представлятися зайвим [4].

Проте Л. Виготський звертав увагу, що в афективному спонуканні, яке призводить до гри, є зачатки не символіки, а необхідності уявної ситуації. Якщо гра дійсно розвивається через незадоволені бажання, з нездійснених тенденцій, якщо вона полягає в тому, що вона є реалізацією в ігровій формі нездійснених зараз тенденцій, то вже мимоволі в самій афективній природі цієї гри будуть закладені моменти уявної ситуації. Тобто існуючий внутрішньоособистісний конфлікт вже є основою і рушійною силою розвитку сценарію гри.

З появою на початку 1930-х років досліджень Д. Тафти і Ф. Алена, названих «терапією відносинами», виник третій значний напрям в ігровій терапії. Філософською підставою для цього стала робота Отто Ранка,

який переніс акцент з дослідження історії життя дитини та її несвідомого на розвиток відносин в системі «терапевт–клієнт», поставивши в центрі уваги те, що відбувається «тут і тепер», в кабінеті терапевта. Ідеї О. Ранка лягли в основу терапії відносинами, близькою до пасивної ігрової терапії. Терапія відносинами цілком має справу з наявними ситуаціями, почуттями і реакціями, не намагаючись пояснити або інтерпретувати минулий досвід.

Окремо хотілося б відзначити феноменологічний підхід до гри, представником якого є О. Єгоров. А саме те, що в ході гри ми можемо спостерігати явища, які складно пояснити з наукової точки зору, але які, тим не менш, практично працюють. Це відноситься, наприклад, до сліпого вибору учасником символічних карток, які згодом дуже точно відображають його реальну ситуацію, переміщення в певні області ігрового поля за результатами запитів учасників, до роботи групового поля.

**Метою статті** є теоретичний аналіз і узагальнення напрямів ігрової психотерапії, класифікація ігрових технік в психології, аналіз та розвиток теоретичних основ створення і проведення трансформаційних ігор.

**Виклад основного матеріалу.** Аналізуючи безліч підходів до ігрової терапії, можна представити типологію ігор за напрямками.

Сучасна психологічна практика розвиває клас так званих трансформаційних ігор (Т-гра). На думку О. Міхеевої, трансформаційна гра – це ідеальний генератор випадкових подій [5].

Трансформаційні ігри належать до категорії групових настільних ігор. Вони спрямовані на опрацювання особистих запитів клієнтів, які можуть бути пов'язані з різними сферами життя. В процесі гри учасники ненав'язливо можуть знайти оптимальні рішення для вирішення проблемних ситуацій, особових криз, для усвідомлення причин поточної ситуації, сценаріїв своєї поведінки, своїх установок і переконань. Гра дає можливість скоректувати ті елементи, які не влаштовують, для зміни обставин, що склалися, і для розкриття внутрішніх ресурсів гравців. В процесі гри простежуються свої стратегії, тому що в грі, як правило, використовуються ті ж моделі поведінки, що і в реальному житті. Будь-яка гра моделює різні життєві ситуації, ставить питання, з якими особа стикається в реальному житті [5].

Залежно від спрямованості, трансформаційні ігри можна поділити на діагностичні, терапевтичні та змішані. Залежно від способу реалізації сценарію ігри можуть бути рольовими (самопрезентація,



Таблиця 1

## Напрями ігрової психотерапії

Ігрова психотерапія	Основний принцип	Засновники, базові теоретичні школи
Психоаналітична (психодинамічна)	спонтанна гра клієнта розуміється як шлях до його несвідомого	А. Фрейд, М. Кляйн, Д.В. Винникотт
Гуманістична	спонтанна гра в обладнаній ігровій кімнаті, зі створенням безпечних психотерапевтичних умов	К.Р. Роджерс, В. Экслейн, Г.Л. Лэндретом
Поведінкова	навчання тому, як правильно грати свої соціальні ролі	Б.Ф. Скіннер
Емоційно-образна	відтворення травмуючої події, нове переживання емоційного стану, щоб звільнитися від психічної напруги, що була викликана цією подією	Д.М. Леві
Структурована	метод ігрової терапії, що звільняє, структурована ігрова ситуація, за допомогою якої можна вирішити завдання	Г. Хембридж
Гештальт-терапевтична	акцентується на відносинах між терапевтом і клієнтом «тут і тепер», без спроб пояснювати їх минулий досвід	О. Ранк, Д. Тафт, Ф. Оллен
Феноменологічна	в ході гри ми можемо спостерігати явища, які складно пояснити з наукової точки зору, але які практично працюють. Це відноситься, наприклад, до сліпого вибору учасником символічних карток, які згодом дуже точно відображають його реальну ситуацію.	О. Єгоров.
Екзистенційна	ставиться завдання рішення управління власним життям, знаходження сенсу, спираючись на напрацювання нових можливостей, нового розуміння	Спільнота Фидхорн

презентація свого таланту), соціальними (програвання складної ситуації, пошук оптимального вирішення проблеми методом репетиції в процесі виконання завдання) та образними (метафорична, або символічна гра – через звертання до уяви учасників).

Залежно від вибору сценарію, гри поділяються на ймовірнісні (наосліп, багатогранний кубик); усвідомлені (учасник обирає сценарій на основі власних розміркувань) та за рішенням ведучого. За оформленням гри бувають з полем, без поля та динамічні.

Оскільки гри мають дійти до логічного завершення, на основі особливостей закінчення гри можна виділити певні види: 1) стоп-гра (виконання завдання або умови); 2) проходження всього сценарію гри.

За кількістю учасників це може бути індивідуальна гра; мікро гра (2–6 чоловік); мала гра (7–12 чоловік); велика гра (більше 12 осіб). Проте Е. Берн вважає, що в групі, в якій грають, не повинно бути більше восьми учасників, щоб ведучий гри (терапевт) міг виконувати свій обов'язок найбільш ефективно. Якщо ведучий обрав сценарний аналіз, найпотужніший з відомих методів ефективною груповою терапією,

він повинен шукати специфічні сигнали, які розкривають природу сценарію учасників, можливі першопричини, такі як ранній досвід і паттерни батьківської поведінки, соціальне програмування.

Е. Берн вважав, що тільки «виходячи зі свого сценарію», клієнт зможе стати особистістю, здатною на самостійну, творчу діяльність. Тому в Т-іграх важливим завданням є створення комфортних умов для виходу зі звичного сценарію і створення нових сценаріїв поведінки.

Тому слід відзначити наступний критерій класифікації ігор – ступінь залученості учасників. За таким ступенем гра може бути активною і пасивною.

Мета ігрового впливу не міняти і не переробляти особистість, не навчати якимось спеціальним поведінковим навичкам, а дати можливість «прожити» в грі хвилюючі ситуації за умови повної уваги і співпереживання, перевести на рівень усвідомленості внутрішнього стану особистості.

Незалежно від виду запропонованої трансформаційної гри, існує певний порядок їх проведення, який ми наведемо в таблиці 2.

Як впливає із таблиці 2, на кожному етапі є своя мета та очікуваний результат.



Таблица 2

**Порядок проведення трансформаційних ігор**

Етапи	Мета	Очікуваний результат
Знайомство	Формування довіри, дотримання етикету спілкування	Прояв потенційно конфліктуючих або співпрацюючих учасників
Налаштування	Створення атмосфери включення до гри, підвищення рівня уважності і сконцентрованості учасників, зниження рівня тривожності	Індивідуальне сприйняття атмосфери
Правила	Упорядкування гри, укладення контракту з учасниками	Важливість чіткості, зрозумілості та простоти правил
Основна частина ігор	Реалізація поставлених цілей	Управління ефективними станами гравців
Підведення підсумків	Усвідомлення результатів гри, промовляння відчуттів, оцінка реалізації очікувань	Результат не досягнуто
Зворотній зв'язок	Отримання інформації від учасників за критеріями: Що сподобалося? Що не сподобалося? Що корисного? Як можливо використовувати? Що необхідно розвивати?	Уважність ведучого, здатність до рефлексії та самокритики

Таблица 3

**Приклади трансформаційних ігор**

Гра	Джерело/автор	Ключова задача гри
Трансформація	община Фидхорн в Північній Шотландії	розуміння і зміна звичного способу життя, який, з певних причин, більше вас не влаштовує
Genesis	Лінда Лочмане та Євген Геллер	прийняття важливих рішень, усвідомити властиві їм індивідуальні критерії вибору стратегічних і тактичних життєвих цілей
Тамболія	Джеймс Тейлор Маршал	пробудження свідомості через питання і ситуації
Пряжа Долі	Ліна Полковніченко	визначення стратегії досягнення мети через баланс ресурсів, руйнування і дій
Лила Чакра	www.yasam-t-igra.com	«пропрацювати» мету клієнта так, щоб її здійснення відбулося більше гладко і легко
Аструм	Світлана Мауль	спрямована на усвідомлення своїх можливостей, страхів і перешкод, побачити ситуацію і бажане більш ясно, визначити напрям розвитку
Імперія магів	Наталя Хлопоніна	розкриття сценаріїв соціальної поведінки (партнерство, агресія, жертвовність), самопрезентація
Грошовий потік	Роберт Кийосаки	опрацювання фінансових обмежень, руйнування установки «обов'язкова робота за наймом»

На ринку психологічних послуг безліч трансформаційних ігор, які мають свої спрямованості, різноманітні цілі та задачі. Найбільш розповсюджені із них представлені в таблиці 3.

В процесі трансформаційних ігор підтримується і посилюється увага до людини, рутинні контакти стають більш яскравими і сприяють більш ефективному досягненню поставлених цілей. Будь-яка гра – це цілеспрямована взаємодія за певними правилами, з власними режисерськими знахідками.

**Висновки.** Трансформаційні ігри відрізняються від інших ігор справжньою, значущою для учасника метою.

В значній кількості трансформаційних психологічних ігор використовуються метафоричні асоціативні карти. Метафоричні асоціативні карти – це універсальний психологічний інструмент, який базується на метафорі, що звертається до підсвідомості людини і використовується для діагностики, корекції, розвитку, розкриття творчих здібностей та коучингу [7, с. 21]. Проективні карти ефективно використовуються в практичній психології. Існує безліч колод метафоричних карт, які можна поділити на дві групи: універсальні та спеціальні колоди. За допомогою універсальних можна розглядати найрізноманітніші запити. До таких колод можна віднести німецьку «Oh» («Ох»), українську



«108 нескінчених варіантів» та інші. Спеціальні колоди орієнтовані на більш вузькі запити.

Трансформаційні ігри дають можливість:

– змінювати ставлення до перешкод, що стоять на шляху досягнення мети, щодо нереалізованих можливостей, до навколишнього світу і до себе;

– впізнавати і усвідомлено керувати перешкодами, що виникають на шляху до радісного, щасливого, наповненого життя;

– відкривати і усвідомлювати ресурси, творчий потенціал особистості;

– бачити нові перспективи і вибирати з них те, що до душі;

– освоювати відповідальне управління власним життям, спираючись на напрацювання нових можливостей, нового розуміння.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Під ред. І.Ф. Прокопенка. Харків: Фолио Directmedia, 2013. 864 с.

2. URL: [https://royallib.com/read/freyd\\_zigmund/analiz\\_fobii\\_pyatiletnego\\_malchika.html#102400](https://royallib.com/read/freyd_zigmund/analiz_fobii_pyatiletnego_malchika.html#102400)

3. Берн Е. Люди, которые играют в игры. Перевод А.А. Грузберга. Екатеринбург: ЛИТУР, 1999.

4. Ж. Пиаже. Психология интеллекта. Перевод: А.М. Пятигорский. СПб., 2003.

5. URL: <https://www.yasam-t-igra.com/>

6. Макаров В.В., Макарова Г.А. Транзактний анализ – восточная версия. М: Академический Проект, ОППЛ, 2002. 496 с.

7. Верникова Н. Метафорические ассоциативные карты – универсальный инструмент для МАКСИМАЛЬНЫХ результатов. Практическая психология. Винница: ЧП «ТД «Эдельвейс и К», 2014. 124 с.

УДК 159.922

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АЛЕКСИТИМІЧНОГО РАДИКАЛУ В СТРУКТУРІ ОСОБИСТОСТІ

Олейник Н.О., к. психол. н.,  
старший викладач кафедри загальної та соціальної психології  
Херсонський державний університет

Бенківська А.М., студентка  
Херсонський державний університет

У статті уточнено зміст та сутність поняття «алекситимія» та проаналізовано особливості прояву в трьох сферах (емоційній, когнітивній та особистісній). Визначено основні фактори, що обумовлюють формування алекситимічного радикалу в структурі особистості. Емпірично досліджено особливості прояву алекситимії у чоловіків та жінок.

**Ключові слова:** алекситимічний радикал, рефлексія, фактори розвитку алекситимії, емоційні прояви.

В статье уточнено содержание и сущность понятия «алекситимия» и проанализированы особенности проявления в трех сферах (эмоциональной, когнитивной и личностной). Определены основные факторы, обуславливающие формирование алекситимичного радикала в структуре личности. Эмпирически исследованы особенности проявления алекситимии у мужчин и женщин.

**Ключевые слова:** алекситимичний радикал, рефлексія, фактори розвитку алекситимії, емоційні проявлення.

Oleinyk N.A., Benkivska A.M. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE ALEKSITIMICHNY RADICAL IN STRUCTURE OF THE PERSONALITY

In article contents and essence of the concept «aleksitimiya» is specified and features of manifestation in three spheres are analysed (emotional, covetous and personal). The major factors causing formation of the aleksitimichny radical in structure of the personality are defined. Features of manifestation of an aleksitimiya at men and women are empirically investigated.

**Key words:** aleksitimichny radical, reflection, factors of development of an aleksitimiya, emotional manifestations.

**Постановка проблеми.** На сьогодні прогресує зростання порушень емоційного стану й здоров'я сучасної людини. З одного боку, це пов'язано зі зростанням частоти та інтенсивності емоційних навантажень,

чому сприяє ряд сучасних умов: стрімка зміна соціального і фізичного середовища, підвищення темпів життя і його вартості, руйнування традиційних сімейних структур, екологічні катаклізми. З іншого боку,