

УДК 37.091.33:746:615.851

DOI:

Тетяна Гера, арттерапевт, керівник Дрогобицького відділення
Української асоціації сімейних психологів

Надія Кузан, кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри технологічної та професійної освіти
Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

АРТТЕРАПЕВТИЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ІННОВАЦІЙНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ БОЙКІВСЬКОЇ ВИШИВКИ ТА БІСЕРОПЛЕТІННЯ

Психологічні ресурси інноваційних технологій НУШ досліджено на прикладі ізотерапевтичних прийомів інтерактивного навчання. Розглянуто сенсотворення і моделювання реальності в технологіях вишивки та бісероплетіння. Описано студентський формувальний мініексперимент зі впровадження у педагогічну практику стратегій кооперативного навчання технологій бойківської вишивки та бісероплетіння. Зроблено акцент на арттерапевтичному потенціалі інноваційних методів навчання, дружніх до емоцій, за програмою СЕЕН.

Ключові слова: інноваційні технології навчання; арттерапія; технології бойківської вишивки та бісероплетіння; ізотерапевтичні прийоми; кооперативне навчання; соціально-емоційне навчання; ненасильницьке спілкування.

Лім. 14.

Tatiana Gera, Art Therapist, Head of the Drohobych Branch of
Ukrainian Association of Family Psychologists

Nadiya Kuzan, Ph.D.(Pedagogy), Associate Professor,
Associate Professor of the Technological and Vocational Education Department
Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University

THERAPEUTIC ART POTENTIAL OF THE INNOVATIVE METHODS OF TEACHING THE BOIKOS' EMBROIDERY AND BEADWEAVING TECHNIQUES

The article deals with the innovative methods of mastering the techniques of the Boikos ethnographic group embroidery and bead weaving. The therapeutic art possibilities of interactive, cooperative, as well as social and emotional learning have been analyzed and generalized in the light of the mentioned techniques.

The psychoresources of the NUS (New Ukrainian School) innovative techniques are studied on the basis of isotherapeutic methods of interactive learning; the latter are described in the context of mutual psychological assistance of the participants in the educational process. An algorithm of psycho-correctional questions in the process of organizing students' communication at handicraft lessons is proposed.

The students' formative mini-experiment concerning the introduction of cooperative learning strategies into pedagogical practice while mastering the techniques of embroidery and beadwork in the Boikivshchyna region is described.

The emphasis is placed on the therapeutic art potential of innovative, emotion-friendly teaching methods under the SEE Learning program. The project stages of creating a Boiko bead necklace are integrated with the structure of socially and emotionally charged handicraft training: psychological adjustment (calming down, anticipation of some new information) at the preparatory stage; the teacher's motivational explanation, interactive exercises for reinforcing performance, subjective implementation of beadwork techniques in combination with design and technological stages; reflection (every student's careful consideration of the new material) at the economic and marketing stage. The algorithm of unconstrained communication is described as a transition from "I-statements" to "we-interaction". The skill of unconstrained communication is substantiated through the mechanisms of comprehension, naming, content understanding and the adequate expression of emotions by each participant in the educational process.

Keywords: innovative learning technologies; art therapy; Boyko embroidery and beadwork technologies; isotherapeutic methods; cooperative learning; social and emotional learning; nonviolent communication.

Постановка наукової проблеми та її
значення. Актуальність нинішнього
дослідження очевидна з декількох причин.
По-перше, стресогенність метамодерністського світу

без психологічної підготовки підлітків робить їх
уразливими і стресокрихкими, що підвищує ризик
емоційного насильства, булінгу, маніпулятивної
поведінки школярів у пубертатному періоді. Якраз

середня школа має ресурс трудового навчання з його імаготерапевтичним і ерготерапевтичним потенціалом здійснювати профілактику різних форм психологічного насилля.

По-друге, інновації НУШ можуть забезпечувати найкращий результат за умови розуміння педагогами їхніх психологічних механізмів. Учитель трудового навчання має шанс збагнути справжні розширені можливості свого впливу на розвиток учнів засобами декоративно-ужиткового мистецтва. Для цього варто прокачати організаційну структуру занять, враховуючи, етапи психотерапевтичного пропрацювання особистості, що нині доступно в контексті особистісного саморозвитку та масової популяризації наукових знань.

По-третє, етнокультура в старих формах заганяння глобалізованої молоді в архетипи більше не може змагатися з новітніми тенденціями і трендами, але й не може бути відкинута з огляду на питання особистісної ідентичності. Тому кон'юнктивне застосування глокалізаційних прийомів на рівні свободи метамодернізму осучаснить педагогічне спілкування на уроках трудового навчання і введе технологію бойківської вишивки та бісероплетіння на рівень ужитку в модних не лише святкових, а й повсякденних луках.

Мета статті – проаналізувати й узагальнити арттерапевтичні можливості інтерактивного, кооперативного і соціально-емоційного навчання як інноваційних методів освоєння технологій бойківської вишивки та бісероплетіння.

Завдання: а) описати ізотерапевтичні прийоми інтерактивного навчання у контексті психологічної взаємодопомоги учасників освітнього процесу; б) проаналізувати результати формувального мініексперименту з впровадження кооперативних прийомів у педагогічну практику; в) узагальнити специфіку дружньої до емоцій роботи в парах і прийоми діалогічної взаємодії у процесі виготовлення бойківського гердану.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Науковим підґрунтям цього дослідження є такі три групи теорій. Перша – теорія сучасної психотерапії, представлена арттерапевтичним, раціонально-емотивним і когнітивно-поведінковим напрямками в роботах Дж. Кабат-Зіні [7], С. Замалієвої [6], О. Деміург [3], Т. Гери [2] та інших. Друга група – інноваційні технології НУШ, описані М. Скибою [11], М. Марковською [10], С. Каганом [14], О. Елькіним [5], О. Дяків [4] та іншими. Третя складова наукового підґрунтя статті – це етнографічні та образотворчі описи бойківської вишивки і бісероплетіння, зроблені В. Вовк [1],

Н. Кузан [9], О. Федорчук [12], І. Франком [13] та іншими.

Кожен із цих напрямів представлений окремою практикою – психотерапевтичною, педагогічною, мистецькою. Специфікою нашого дослідження є інтеграція їх в освітній процес.

Виклад основного матеріалу.

І. Інтерактивне навчання з опорою на ізотерапевтичні прийоми має потенціал психологічної взаємодопомоги учасників освітнього процесу. Психотерапевтичний ефект дає робота в парах і групах, коли учні виконують спільний проєкт або допомагають один одному в індивідуальних завданнях, а також організована вчителем інтерпретація готових виробів і малюнків, як наприклад, аналіз бойківських мандал [1]. Важливо продемонструвати активне слухання, бути залученим до діалогічної взаємодії з рівним обміном функціями, емпатійно реагувати, емоційно підтримувати учасників освітнього процесу, вірити в ресурс кожного, утримуючись від співзалежного “рятівництва-прибіднювання-дорікання”. Ці психологічні компетентності легко набуваються в процесі вишивки, бісероплетіння, в'язання, валяння, ткання й інших технологій декоративно-прикладного мистецтва, якщо вчитель звертає увагу учнів на важливість внутрішнього світу і на духовний план праці з виготовлення силянки чи іншого продукту та роботи над власною особистістю.

Одним із напрямів арттерапії нині є малюнка або ізотерапія – спонтанне інтуїтивне малювання не лише для самовираження [3], зняття емоційної напруги, підвищення самооцінки [6], а й для згуртування класу, поліпшення адаптації у колективі, вивільнення творчої енергії школярів [7]. Специфіка такого малювання – в безоцінності, прийнятті та вираженні того, що відчуває серце. Тому, на перший погляд, застосовувати його складно за умови необхідності виставлення поурочного чи тематичного балу кожному учневі. Однак є можливість комбінувати арттерапевтичні прийоми з іншими видами роботи над проєктами, тоді оцінювання школярів відбувається за конкретними критеріями кожного з них при одночасному акцентуванні встановлення рівня технологічних знань і вмінь за програмовою темою, а не за етапом контентного творення, сублімації та самовираження. Саме такий підхід становить основу позитивної самооцінки, засіб зняття страху несхвалення, спосіб навчання толерантності як безоцінного прийняття особистісної унікальності кожного. Головний принцип – оцінювати навчальні компетентності за чіткими критеріями порівняння наперед

визначених параметрів дій та виробів учня із їх демонстрованим еталоном; сказане в жодному разі не стосується оцінки особистості учня загалом, яку вчитель приймає сам і вчить неупереджено приймати весь клас. Психологічним підґрунтям нормативних стосунків між усіма учасниками освітнього процесу є толерування особистості при можливому нетолеруванні ненормативних її дій.

Ізотерапевтичними прийомами інтерактивного навчання є різні види малювання на етапі генерування ідей і проектування прикрас, а також при створенні комплектів одягу [7]. Психокорекційні засади організації спілкування учнів віддзеркалені в такому алгоритмі додаткових запитань: Чим захопив тебе цей проєкт? Як ти сприйняв завдання? Що зацікавило найбільше? Чи вдалося візуалізувати результат при постановці мети? Як змінювався твій стан у процесі вишивання, бісероплетіння, валяння й інших операцій при виготовленні силянки? Які зміни в тілі при виконанні етапів проєкту ти помітив? Як тобі працювалося з партнером, що хотілося би змінити у вашій взаємодії? Чи хочеш показати свій виріб іншим, кому? Як почувашся, коли дивився на свій готовий витвір? Які елементи його давалися легше, а до яких ти відчував опір? Які асоціації при цьому виникають? Чи був у тебе подібний досвід раніше? Що в цьому проєкті потребувало найбільше зусиль? Які труднощі тобі вдалося подолати? Що би ти хотів змінити в готуючому виробі та в процесі роботи над ним? Чи можеш оцінити свій виріб у грошах? Що ти думаєш про монетизацію таланту? Що ти дізнався про себе? Чи почувашся конкурентноздатним? Що хочеш зробити, щоби покращити свій результат?

Заслуговує на особливу увагу сенсовісне питання передачі традицій молодому поколінню. Навряд чи подекуди збережена звичка старших пань у високогірному селі носити конкретні елементи одягу чи прикраси як статусні ознаки має нав'язуватися урбаністичним підліткам як обов'язковий атрибут приналежності до бойківської культури (наприклад, у таких селах Західної Бойківщини: Присліп, Вовче, Лопушанка, літні жінки і сьогодні не виходять на вулицю без нашійних прикрас із бісеру, таких як "силянка", "ширинка", без якої ганебно було з'являтися на людях) [13, 91].

II. Одним із завдань педагогічної практики для студентів 4 курсу спеціальності "Середня освіта. Трудове навчання та технології" була апробація методів кооперативного навчання. Декільком майбутнім учителям було запропоновано провести формувальний мініексперимент, який полягав у

таких трьох етапах. Спочатку в трьох підліткових класах (9 класи ліцею № 4 імені Лесі Українки Дрогобицької міської ради) проведено попереднє опитування: "Як часто Ти готова/ий носити прикраси з бісеру?". (У кожному класі відповіді розподілилися майже однаково: "тільки на релігійне свято до вишиванки" – 3 з 11, 2 з 7, 5 з 13; "щонеділі до церкви" – 1 з 11, 0 з 7, 1 з 13; "в будь-який день – навіть щодня – до сучасного одягу" – 1 з 11, 0 з 7, 0 з 13). Далі, в одному з цих класів учитель одноосібно коротко розповів, як можна поєднувати бойківські прикраси з бісеру в сучасних луках (для 9 учнів); у другому класі організовано диспут у формі "каруселі" за методом кооперативного навчання [4] (для 13 учнів – один з учнів слідував за таймером по 1 хвилині для регламентації обміну заготовленими аргументами на користь сучасного застосування виробів із бісеру; шестеро учнів внутрішнього кола перші проговорювали свою позицію в кожній утвореній парі; інші шестеро школярів зовнішнього кола рухалися за часовою стрілкою, утворюючи нові пари після проведеного діалогу з попереднім учасником, висловлювалися другими); третій клас залишили без додаткових впливів. Нарешті через місяць (наприкінці практики) у цих трьох класах "контрольно" запитали "Як часто Ти готова/ий носити прикраси з бісеру?". Результати такого мініексперименту – показові: експериментальна група 1, де кооперативно проводився диспут, змінила результат – "в будь-який день – навіть щодня – до сучасного одягу" тепер вибрали не 0, а 8 із 13; група 2, де вчитель сам розповів про сучасний погляд на продукти бісероплетіння, – не 0 зі 7, а 2; група 3, де ніякого впливу не робилося, – не 1 з 11, а 0, тобто під впливом більшості з попереднього опитування навіть той один учень не підняв руки на те саме запитання. Експериментальна група за допомогою кооперативного диспуту покращила результат на 61,5 %, порівняно з першою контрольною групою, в якій педагог презентував монологічну розповідь (+28,5 %), та з другою контрольною – без додаткових впливів (-9 %).

Важливим психологічним моментом і фронтальної, і кооперативно-групової роботи є самоаналіз учнів: що я збагнув? Яка інформація мене здивувала? У чому я сумніваюся? Чия комунікація надихнула мене на нове усвідомлення і чим зачепило таке повідомлення?

Дослідження того, як інтегрувати бойківську вишивку в одяг будь-якого стилю, організоване в кооперативній формі, якісно відрізняється від індивідуальної чи фронтальної форми роботи: кожна підгрупа готувала інформацію про окремий

стиль, а на занятті гуртка школярі надавали один одному необхідну інформацію, орієнтуючись на колективну мету – визначити параметри допасування конкретних етнічних мотивів до сучасного вбрання.

Після таких кооперативних занять підліткам ставили чотири психологічні запитання щодо організації співпраці: чи відчували потребу в допомозі один одного та чи успіх одного сприяв успіхам інших; наскільки індивідуальні показники кожного учня були корисними; чи кожен мав шанс для рівної з іншими участі в роботі; чи вдалося більшості учнів бути активними одночасно? Їхні відповіді допомагають педагогу самооцінити кооперативну організацію навчання за чотирма принципами (“PIES” – “пирогоми” [5]): позитивна взаємозалежність, індивідуальна підзвітність, участь на основі рівності, одночасна взаємодія. Корисною для вчителя трудового навчання та керівника гуртка є колекція стратегій кооперації як набір інноваційних методів від Спенсера Кагана [14].

III. Нова українська школа серед інноваційних методів орієнтується на програму Соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН) [10], яка, попри вивчення учнями самих себе через самовідчуття, що передують емоціям, і розуміння й адекватне вираження емоційних станів у комунікації (усвідомленість, співпереживання та залученість як три базові навички), ще й встановлює психологічно обґрунтовану структуру уроків. За цією програмою кілька перших хвилин уроку призначені психологічному налаштуванню учнів на навчання: заспокоєнню, підготовці до отримання нової інформації. Наступні дві частини – пояснення вчителя й інтерактивні вправи для закріплення. Завершення заняття – це рефлексія, практика пропускання нового матеріалу крізь себе (кожен учень продумує, як може застосувати отриманий на уроці досвід у власному житті – для цього згадує перебіг уроку й визначає своє ставлення до того, про що дізнався, а також приймає рішення, як реагувати та поводитися, виходячи з нового досвіду та софтскілів).

Аналогічно до застосовуваної нами при викладанні психологічних дисциплін психотехнології майндфулнес [2], що може регулювати емоційний стан учнів як організаційний момент, зміну форми активності, перехід до наступного питання чи завершення гештальту, програма СЕЕН також має психотерапевтичний потенціал. Такі технології, дружні до емоцій, забезпечують становлення в учнів важливої навички – “Витривалість, стресостійкість і гнучкість” [11].

Дружня до емоцій робота в парах і діалогічна

взаємодія – доцільні інноваційні техніки в організації виготовлення учнями 9 класу бойківського гердану – “висьорок”. Проект виготовлення бойківського гердану рекомендовано виконувати, дотримуючись таких етапів: організаційно- підготовчий (постановка й опис проблеми, історія виникнення та поширення, банк ідей і пропозицій, дизайн-аналіз); конструкторський (ескіз та опис виробу, вибір технологій); технологічний (технологічна послідовність виготовлення, самоконтроль діяльності); економічно-маркетинговий.

Надійним прийомом для учнів упоратися із власними емоціями є алгоритм ненасильницького спілкування, особливо актуальний при парній взаємодії. Робота в парах – це співпраця на найближчій дистанції. Тому порушення одним особистих кордонів неминує, що, своєю чергою, природно викликає емоцію гніву (для захисту не стільки фізичної, скільки психологічної – особистісної території). За психотерапевтичним принципом “АВС” Дж. Келлі (А – обставини та подразники, В – думки та когнітивні схеми, С – емоція) [8], ситуація чи слова партнера відразу не можуть викликати емоційної та поведінкової реакції, бо між стимулом і діями є схема мислення – обробка отриманої інформації. Усвідомлення власних відчуттів у конкретних умовах, а також запуск допитливої думки замість оцінної регулюють емоційне відреагування, переводячи його зі страху-гніву-смутку-огиди-сорому- провини на інтерес-радість-прийняття. Прикладом етичного та безпечного вираження роздратування на порушення кордонів особистості є такий порядок переходу я-висловлювань у ми-взаємодію: а) “я чую твій сміх, коли ти говориш про мою ідею”; б) “мені неприємно, я розізлився”; в) “я хочу, щоби ти з повагою ставився до моїх висловлювань, і потребує серйозного ставлення до себе”; г) “як думаєш, ти міг би мені в цьому допомогти?”; д) “давай домовимося спочатку з максимальною серйозністю вислуховувати ідеї один одного, шукаючи раціональне зерно в кожній із них, далі – висловлювати підтримку, а вже потім давати критичне судження, щоби не знеохочувати один одного”.

Навичка ненасильницького спілкування забезпечує діалогічну взаємодію на всіх етапах парної роботи над проектом: при розподілі ідейно-підготовчих, матеріалообробних, операційно-виконавських, контрольних, презентаційних і маркетингових функцій між двома партнерами. Вона ґрунтується на механізмі усвідомлення, називання, розуміння змісту й адекватного вираження власних емоцій, що робить особистість

чесною із собою та з іншими. Я-висловлювання, з яких починається ненасильницьке спілкування, є дружнім до емоцій партнера, бо виключає докір, претензію, осуд і неприйняття, які запускають взаємне незрозуміння.

Висновки. 1. Арттерапевтичний потенціал інтерактивного навчання представлено в описі психологічних прийомів діалогічної взаємодії.

Естетичні ресурси уроків трудового навчання та гурткових занять із бісероплетіння і бойківської вишивки виступають основою для психологічного навчання й особистісних пропрацювань. Творчість уже сама собою – це сублімація внутрішніх конфліктів, а спеціально організований процес її реалізації, презентації та інтерпретації, описаний у статті як алгоритм психотерапевтичних запитань, перетворюють її на арттерапевтичний засіб освітнього процесу при освоєнні технологій бойківської вишивки та бісероплетіння.

2. Коротко описано проведений формувальний мініексперимент із впровадження кооперативних прийомів у педагогічну практику. Вибірка реципієнтів є надто малою для наукового обґрунтування необхідності впровадження цих прийомів у всіх школах, однак його результати настільки показові для підлітків, що надихають учителів на апробацію різних стратегій кооперативного навчання.

3. Специфікою дружньої до емоцій роботи в парах при виготовленні бойківського гердану виступає підліткова взаємомотивація, яка виникає при звірянні на кожному етапі роботи в доброзичливих перегонах при створенні індивідуального виробу. Парна співпраця вимагає освоєння учнями соціально-емоційних та етичних навичок для взаємопідтримки при виконанні ідейно-підготовчих, матеріалообробних, операційно-виконавських, презентаційно-маркетингових функцій.

Прийоми діалогічної взаємодії у процесі виготовлення бойківського гердану (встановлення правил, таймкіпінг, слухання без перебивань, емоційна підтримка, орієнтація “і, і” замість “або, або”, спрямованість на “переможець-переможець” замість “переможець-переможений”, пошук спільних інтересів замість протиставлення, зорієнтованість на виділення сильних сторін замість виправлення слабких тощо) роблять близьке спілкування всередині класу безпечним і є профілактикою дискримінації. Психологічним підґрунтям безпечного самопочуття в парах і попередження булінгу є практикування ненасильницького спілкування – освоєння такого алгоритму висловлювання: а) я-висловлювання про інформацію від своїх сенсорів (“я бачу / чую,

відчуваю...”); б) я-висловлювання про емоційний стан тут і зараз (“я переживаю емоцію / злякався, злюся, сумую...”); в) я-висловлювання про усвідомлену потребу, про яку сигналізує емоція (“я потребую поваги / простору...”); г) ти-звернення з проханням (“Чи можеш мені допомогти в моїй потребі?”); д) ініціювання актуальних правил взаємодії (“Давай домовимося...”).

Отже, опис інноваційних методів навчання учнів технологій бойківської вишивки та бісероплетіння, узагальнення кооперативних стратегій взаємодії школярів, а також представлені образотворчі прийоми психологічної само- та взаємодопомоги розкривають арттерапевтичний потенціал сучасного трудового навчання в новій українській школі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вовк В. Мандала: тексти й витинанки. Ріо-де-Жанейро, 1980. 122 с.

2. Гера Т.І. Майндфулнес-техніка на заняттях із психології як елемент психологічного супроводу майбутніх педагогів. *Вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки*. Херсон, 2014. Вип. 2 (1). С. 174–179.

3. Демиург О. Нейрографика: рисование со смыслом. Как это работает? Интеллектуальная издательская система Ridero, 2018. URL: <https://mybook.ru/author/olga-demiurg/nejrografika-risovanie-sosmyslom-kak-eto-rabotaet/read/> (дата звернення: 29.12.2021).

4. Дяків О., Чайківська О., Ільчишин У., Флонт О. та ін. Кооперативне навчання: колективна відповідальність – індивідуальна звітність. Особливості використання методів кооперативного навчання у шкільній практиці. *Учитель початкової школи*. 2019. № 2. С.17–21.

5. Елькін О. Навчання, базоване на співпраці. 32 стратегії кооперації у класі. НУШ. URL: <https://nus.org.ua/view/navchannya-bazovane-na-sprivratsi-32-strategiyi-kooperatsiyi-u-klasi/> (дата звернення: 10.12.2021).

6. Замалиева С. Как тренировать мозг, управлять стрессом и быть в гармонии с собой. Интеллектуальная издательская система Ridero, 2018. URL: <https://mybook.ru/author/snezhana-zamalieva/zhizn-v-stile-mindfulness-kak-trenirovat-mozg-upr/read/> (дата звернення: 28.12.2021).

7. Кабат-Зинн Дж. Практика медитации: или искусство настоящего момента. Москва : Эксмо, 2013. 272 с.

8. Когнитивная и когнитивно-поведенческая психотерапия URL: <https://psyera.ru/4486/kognitivnaya-i-kognitivno-povedencheskaya-psihoterapiya/> (дата звернення: 30.12.21).

9. Кузан Н.І. Декоративне мистецтво як засіб художньо-естетичного виховання учнів. *Молодь і ринок. Щомісячний науково-педагогічний журнал*. Дрогобич, 2019. № 6(173). С.130–137
10. Марковська М. Що таке програма соціально-емоційного та етичного навчання і як вона працює. НУШ. URL: <https://nus.org.ua/articles/shho-take-programa-sotsialno-emotsijnogo-ta-etychnogo-navchannya-i-yak-vona-pratsyuje/> (дата звернення: 15.12.2021).
11. Скиба М. Навички майбутнього: що потрібно буде вміти, аби мати гарну роботу в 2025 році. НУШ. URL: <https://nus.org.ua/view/navychky-majbutnogo-shho-potribno-bude-vmity-aby-maty-garnu-robotu-v-2025-rotsi/> (дата звернення: 30.12.21).
12. Федорчук О.С. Українські народні прикраси з бісеру. Львів : Свічадо, 2007. 120 с. : іл.
13. Франко І. Зібрання творів. У 50-ти т. Київ, 1982. Т. 36 : Етнографічна експедиція на Бойківщину. С. 68–99.
14. Kagan S. It's All About Engagemeyt! URL: <https://www.kaganonline.com/> (дата звернення: 22.12.21).
- REFERENCES**
1. Vovk, V. (1980). Mandalia: teksty u vytynanky [Mandala: texts and excerpts]. Rio-de-Zhaneiro. 122 p. [in Ukrainian].
2. Hera, T.I. (2014). Mainfulness-tekhnika na zaniattiakh iz psykholohii yak element psykholohichnoho suprovodu maibutnix pedahohiv [Mindfulness technique in psychology classes as an element of psychological support for future teachers]. *Bulletin of Kherson State University. Psychological sciences*. Issue 2(1), pp. 174–179. [in Ukrainian].
3. Demiurg, O. (2018). Nejrografika: risovanie so smyslom. Kak jeto rabotaet? [Neurographics: Drawing with Meaning. How it works?]. *Intelligent Publishing System Ridero*. Available at: <https://mybook.ru/author/olga-demiurg/nejrografika-risovanie-sosmyslom-kak-eto-rabotaet/read/> (Accessed 29 Dec. 2021) [in Russian].
4. Diakiv, O., Chaikivska, O. Ilchyshyn, U. & Fliunt, O. et al. (2019). Osoblyvosti vykorystannia metodiv kooperatyvnoho navchannia u shkilnii praktytsi [Cooperative learning: collective responsibility – individual reporting. Features of the use of cooperative teaching methods in school practice]. *Primary school teacher*. Vol.2. pp.17–21. [in Ukrainian].
5. Elkin, O. (2018). Navchannia, bazovane na spivpratsi. 32 stratehii kooperatsii u klasi [Collaborative learning. 32 strategies of cooperation in the classroom]. NUSH. Available at: <https://nus.org.ua/view/navchannya-bazovane-na-spivpratsi-32-strategiyi-kooperatsiyi-u-klasi/> (Accessed 10 Dec.2021). [in Ukrainian].
6. Zamalieva, S. (2018). Kak trenirovat mozg, upravljat stressom i byt v garmonii s soboj [How to train your brain, manage stress and be in harmony with yourself]. *Intelligent publishing system Ridero*. Available at: <https://mybook.ru/author/snezhana-zamalieva/zhizn-v-stile-mindfulness-kak-trenirovat-mozg-upr/read/> (Accessed 28 Dec.2021). [in Russian].
7. Kabat-Zinn Dzh. (2013). Praktika meditacii: ili iskusstvo nastojashhego momenta [Practice of meditation: or the art of the present moment]. Moscow, 272 p. [in Russian].
8. Kognitivnaja i kognitivno-povedencheskaja psihoterapija [Cognitive and cognitive-behavioral psychotherapy]. Available at: <https://psyera.ru/4486/kognitivnaya-i-kognitivno-povedencheskaya-psihoterapiya> (Accessed 30 Dec.2021). [in Russian].
9. Kuzan, N.I. (2019). Dekorativne mystetstvo yak zasib khudozhno-estetychnoho vykhovannia uchniv [Decorative artwork yak for artistic and aesthetic vikhovannia studies]. “Youth and market”. *Monthly scientific-pedagogical journal*. Drogobych, Vol.6(173). pp.130–137. [in Ukrainian].
10. Markovska, M. (2020). Shcho take prohrama sotsialno-emotsiinoho ta etychnoho navchannia i yak vona pratsiuje [This is also the program of social and emotional and ethical navchannia and yak vona pratsyu]. NUSH. Available at: <https://nus.org.ua/articles/shho-take-programa-sotsialno-emotsijnogo-ta-etychnogo-navchannya-i-yak-vona-pratsyuje/> (Accessed 15 Dec.2021). [in Ukrainian].
11. Skyba, M. (2020). Navychky maibutnoho: shcho potribno bude vmity, aby maty harnu robotu v 2025 rotsi [Possibilities of the future: it will be necessary for the robot to be ready in 2025]. NUSH. Available at: <https://nus.org.ua/view/navychky-majbutnogo-shho-potribno-bude-vmity-aby-maty-garnu-robotu-v-2025-rotsi/> (Accessed 30 Dec.2021). [in Ukrainian].
12. Fedorchuk, O.S. (2007). Ukrainski narodni prykrasy z biseru [Ukrainian folk jewelry made of beads]. Lviv, 120 p. [in Ukrainian].
13. Franko, I. (1982). Zibrannia tvoriv. Etnohrafichna ekspedytsiia na Boikivshchynu [Ethnographic expedition to Boykivshchyna]. (Vols. 1-50). Vol. 36. Kyiv, pp. 68 – 99. [in Ukrainian].
14. Kagan, S. It's All About Engagemeyt! Available at: <https://www.kaganonline.com/> (Accessed 22 Dec.2021). [in English].

Стаття надійшла до редакції 23.12.2021