

7. Скребець В. О. Екологічна психологія у віддалених наслідках екотехногенної катастрофи : монографія / В. О. Скребець. – К. : Вид. дім «Слово», 2004. – С. 39–84.  
Skrebets V. O. Ekolohichna psykhohohiya u viddalenykh naslidkakh ekotekhnohennoyi katastrofy : monography [Ecological psychology in term consequences of eco-technogenic catastrophe] / V. O. Skrebets. – K. : Vyd. dim “Slovo”, 2004. – S. 39–84.
8. Ясвин В. А. Психология отношения к природе / В. А. Ясвин. – М. : Смысл, 2000. – 456 с.  
Yasvin V. A. Psikhologiya otnosheniya k prirode [Psychology of attitude to the nature] / V. A. Yasvin. – M. : Smysl, 2000. – 456 s.

УДК 39[159.9+378]

**Д. М. Сабол**

Received February 02, 2015;

Revised March 12, 2016;

Accepted April 26, 2016.

## **ТРЕНІНГ ЗА МЕТОДИКОЮ «РОДОВЕ ДЕРЕВО» ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ЕТНІЧНОЇ СВІДОМОСТІ**

У статті викладено структуру та хід тренінгу за авторською методикою «Родове дерево». Методика направлена на формування етнічної свідомості молоді через усвідомлення себе, зв'язок зі своєю сім'єю, родом, етносом засобами української народної вишивки шляхом розуміння філософії вишитого рушника. Актуальність звернення до означеної теми визначається збільшенням суспільного та наукового інтересу до феномену етнічної свідомості та проблематики її формування, зокрема й засобами декоративно-прикладного мистецтва. Важливість проблеми формування етнічної свідомості продиктована реаліями сьогодення, вона є ціннісним вектором щодо підходів роботи з молоддю. Методика «Родове дерево», представлена в статті, проєктивна, її унікальність полягає в поєднанні відомостей із культури українського етносу, етнічної психології, арт-терапії, гештальт-терапії. Мета публікації – висвітлити ходу тренінгу з формування етнічної свідомості молоді. У тренінгу надається можливість відобразити за допомогою заготовлених матеріалів модель своєї родини у вигляді родового дерева чи букету, за якими можна діагностувати стосунки в батьківській сім'ї. Ця робота може торкатися низки теперішніх проблем учасника тренінгу, пов'язаних із нерозв'язаними питаннями дитинства, тому тренінг може мати й психотерапевтичний характер. Часткові завдання тренінгу: творчий розвиток особистості; підвищення ціннісно-сміслової когнітивної склад-

ності особистості в етнічній сфері; збагачення змістового наповнення етнічної свідомості особистості; створення сімейної світлинки через засоби народно-прикладного мистецтва; усвідомлення та прийняття свого «Я»; прийняття інших; створення й пошук власного життєвого та творчого ресурсу; відчуття та усвідомлення сили та підтримки роду; гармонізація особистості; побудова свого генеалогічного древа «по-українськи» так, як це підсвідомо робили наші предки на вишиваних рушниках; підвищення самооцінки юнаків і юнок; самоідентифікація себе як етнофора; відновлення внутрішнього зв'язку з родиною; корекція власного ставлення до членів сім'ї; самоствердження власного «Я» – це один із практичних засобів формування етнічної свідомості в юнацькому віці.

**Ключові слова:** етнічна свідомість, сім'я, рід, дерево роду, народна культура, почуття.

**Sabol D. M. Training Method “Family Tree” as an Instrument for Ethnic Consciousness Development.** The article describes structure and approach of the training with original methodology “Family tree”. Methodology is aimed to create ethnic consciousness of young people through awareness of self, relationship with his family, genus and ethnic group by means of Ukrainian folk embroidery and understanding the philosophy of embroidered towel. The actuality of given theme is determined by increasing of public and scientific interest to the phenomenon of ethnic consciousness and problems of its formation, including approaches by means of arts and crafts. The importance of the problem of the formation of ethnic consciousness is dictated by the realities of today, it is an essential vector in the approaches to work with young people.

Methodology “Family Tree” represented in this article is projective, its uniqueness is in combination of information from the Ukrainian ethnic culture, ethnic psychology, arttherapy, gestalttherapy. The purpose of this publication is the coverage of the training on the formation of ethnic consciousness of youth. The training provided an opportunity with the help of prepared materials to reflect model of his family as family tree or a bouquet, which can diagnose the relationship in the parental family. This work may affect a number of up-to-date problems of participant, related to unresolved childhood problems, that's why training can contain psychotherapeutic nature. Partial objectives of the training are: creative development of the individual; increase of value-semantic cognitive complexity of personality in ethnic sphere, enriching content of ethnic consciousness of the individual, creating family photos by means of folk applied art; awareness and acceptance of their “Self”; acceptance of others; creating and finding them in life and creative resource; feeling and understanding the strength and support of the genus; harmonization of the individual; building their genealogical “Ukrainian” tree as it was subconsciously done by our ancestors on embroidered towels; increase of self-esteem of boys and girls; self-identity as ethnofor; recover of internal connection with family; correction of attitude to family members; affirmation of his own “Self”, this is one of the practical means of formation of ethnic consciousness in adolescence.

**Keywords:** ethnic consciousness, family, genus, family tree, folk culture, feelings.

**Сабол Д. М. Тренінг по методикі «Родовое дерево» как способ формирования этнического сознания.** В статье излагается структура и ход тренинга по авторской методике «Родовое дерево». Методика направлена на формирование этнического сознания молодежи через осознание себя, связь со своей семьей, родом, этносом средствами украинской народной вышивки путем понимания философии вышитого рушника. Актуальность обращения к заданной теме определяется увеличением общественного и научного интереса к феномену этнического сознания и проблематики ее формирования, в частности средствами декоративно-прикладного искусства. Важность проблемы формирования этнического сознания диктуется реалиями настоящего, она является ценностным вектором в отношении подходов работы с молодежью. Методика «Родовое дерево», представленная в статье, является проективной, ее уникальность заключается в сочетании сведений из культуры украинского этноса, этнической психологии, арт-терапии, гештальт-терапии. Цель публикации – осветить ход тренинга по формированию этнического сознания молодежи. В тренинге предоставляется возможность отразить с помощью заготовленных материалов модель семьи в виде родового дерева или букета, по которым можно диагностировать отношения в родительской семье. Эта работа может касаться ряда современных проблем участника тренинга, связанных с нерешенными вопросами детства, поэтому тренинг может носить и психотерапевтический характер. Частичными задачами тренинга являются: творческое развитие личности; повышение ценностно-смысловой когнитивной сложности личности в этнической сфере; обогащение содержательного наполнения этнического сознания личности; создание семейной фотографии через средства народно-прикладного искусства; осознание и принятие своего «Я»; принятия других; создание и поиск собственного жизненного и творческого ресурса; ощущение и осознание силы и поддержки рода; гармонизация личности; построение своего генеалогического древа «по-украински» так, как это подсознательно делали наши предки на вышитых полотенцах; повышение самооценки юношей и девушек; самоидентификация себя как этнофора; восстановление внутренней связи с семьей; коррекция собственного отношения к членам семьи; самоутверждение собственного «Я» – это один из практических средств формирования этнического сознания в юношеском возрасте.

**Ключевые слова:** этническое сознание, семья, род, дерево рода, народная культура, чувства.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Зміни, які відбуваються в сучасному українському суспільстві, суттєво впливають на роботу освітніх установ, спонукають до пошуків новітніх форм навчання і виховання. Важливість проблеми формування етнічної свідомості продиктована реаліями сьогодення, вона є ціннісним вектором щодо підходів роботи з молоддю.

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Вивчали етнічну свідомість багато вчених, зокрема Л. С. Виготський, І. С. Кон, Я. Дашкевич, О. Р. Лурія, Р. Бенедікт, Ю. В. Бромлей, В. С. Лісовий, Б. Ф. Поршнев, О. О. Потєбня, В. С. Агєєв, В. Т. Куєвда, М. Й. Боришевський, Г. У. Солдатова, В. В. Горбунова, В. М. Павленко, А. М. Березін, Ю. О. Михальчук та ін.

Свої практичні розробки, а саме тренінги щодо формування етнічної свідомості представляли В. В. Горбунова [5], Л. В. Галіцина [4]. Однак на сьогодні недостатньо практичних методів щодо формування етнічної свідомості в юнацькому віці.

**Мета статті** – представити практичну авторську розробку, направлену на формування етнічної свідомості в юнацькому віці засобами українського народного мистецтва, а саме – вишивки, яка була застосована в нашому науковому дослідженні «Психологічні особливості формування етнічної свідомості в юнацькому віці засобами української народної вишивки», зокрема у формувальному експерименті.

Наукова новизна розвідки полягає в тому, що вперше було застосовано унікальну авторську практичну розробку «Родове дерево», яка ґрунтується на традиціях нашого народу й стосується філософії вишитого українського рушника та слугує дієвим методом практичного застосування для формування етнічної свідомості.

Сучасні підходи в прикладних психологічних дослідженнях дають змогу широко використовувати проєктивні методи [15], чим ми скористалися в авторській оригінальній методиці «Родове дерево», унікальність якої полягає в поєднанні відомостей із рідної культури українського етносу, етнічної психології, арт-терапії, гештальт-терапії.

**Виклад основного матеріалу та обґрунтування отриманих результатів дослідження.** У цій статті представлено зміст одноіменного соціально-психологічного тренінгу «Родове дерево», якому передував цикл лекцій, присвячений теоретичній інформації що українське народно-прикладне мистецтво загалом і вишивку зокрема, які в поєднанні (тренінг і лекції) складають програму психолого-педагогічного супроводу формування етнічної свідомості. У розробленій програмі розвитку етносвідомості поєднано основні компоненти соціально-психологічного тренінгу та тренінгу особистісного зростання. У своєму науковому дослідженні ми застосовували психодіагностичний інструментарій («Анкета етнонаціональної належності» (А. С. Голоти),

спрямовану на виявлення критеріїв самоідентифікації респондентів із певним етносом; «Шкала соціальної самооцінки» Р. Люхтенана, Дж. Крокера, за допомогою якої вимірювали ступінь позитивності самооцінки власної етнічної групи; метод вільних асоціацій (О. І. Степанова); керований «Асоціативний експеримент» до стимулів «вишивка» та «українську народну вишивку» – для виявлення структури асоціативних полів основних етнокультурних понять, які стосуються української народної вишивки; «Епістолярний твір» як різновид проєктивних методів інтерпретації тексту – для диференціації специфіки змісту професійної компоненти у вербальній картині майбутнього вишивальниць; методика частково керованої семантизації візуальних стимулів «Графеми» – для оцінювання компетентності досліджуваних у знаках і символах української народної вишивки), який досліджував етнічну свідомість респондентів до проведення тренінгу та після. Результати змін основних показників етносвідомості юнаків і юнок висвітлені в різних наших публікаціях [10; 12–14], які засвідчують дієвість та результативність представленого тренінгу.

Під час розроблення програми тренінгу дотримувались основних положень арт-терапевтичного й гештальт-підходів. Арт-терапевтичні методи: індивідуальне, групове малювання, колаж, робота із символічним матеріалом, імпровізування, візуалізація. Гештальт-терапія: акцент на образах, на почуттях, емоціях, переживаннях.

Кожен етап цього тренінгу передбачає дедалі глибші акти самосвідомлення учасників. Застосовувані нами техніки реалізують один із феноменів, описаних у концепції психосемантики етнічної свідомості О. М. Лозової, а саме «етнічний гештальт-контекст». У роботах О. М. Лозової етнічний гештальт-контекст розглянуто як «психологічну ситуацію, у якій характер кожного елемента (знака) визначають його позицією й роллю в складі цілого (етнічної свідомості)» [6]. У контексті гештальт-підходу це розуміється як фон (тло) і фігура.

Побудову програми тренінгу ми розпочали з визначення мети, цілей.

Мета тренінгу: формування етнічної свідомості молоді. Часткові цілі тренінгу: допомога в усвідомленні свого коріння, близького оточення, сприяння осмисленню учнями сутності традицій рідного етносу для пізнання свого «Я», гармонізація особистості.

Окрім цього, тренінг дає можливість відобразити за допомогою заготовлених матеріалів модель своєї родини у вигляді родового

дерева чи букета, за якими можна діагностувати стосунки в батьківській сім'ї. Ця робота може торкатися низки нинішніх проблем учасника тренінгу, пов'язаних із нерозв'язаними питаннями дитинства, тому тренінг може мати психотерапевтичний характер.

Цілі тренінгу: навчити учасників глибше й різносторонніше розуміти себе, власні думки, слова, вчинки, їхнє походження, мотивацію; допомогти учасникам створити модель своєї батьківської сім'ї; формувати потребу зрозуміти власні зв'язки із членами родини та їх наслідки; удосконалити та поглибити роботу механізмів соціальної перцепції кожного учасника тренінгу; розвинути самоконтроль, особисту відповідальність учасників; конструктивно оптимізувати спілкування з іншими; розвинути рефлексію, здатність до емпатії, довіру, доброзичливість; збагачувати уявлення учнів про свої родини, відкриваючи їм нове бачення сім'ї; поглибити знання з народно-прикладного мистецтва через застосування його прийомів у самостійній роботі; розвивати навички самопізнання, самоаналізу та почуття власної самоцінності; сприяти формуванню морально-духовних цінностей; формувати етнічну свідомість учасників тренінгу; виховувати любов до своєї родини, вітчизняної культури й крізь призму цього – до себе.

Часткові завдання тренінгу: творчий розвиток особистості; підвищення ціннісно-сислової когнітивної складності особистості в етнічній сфері; збагачення змістового наповнення етнічної свідомості особистості; створення «сімейної світлини» через засоби народно-прикладного мистецтва; усвідомлення та прийняття свого «Я», прийняття інших, створення й пошук власного життєвого та творчого ресурсу; відчуття й усвідомлення сили та підтримки роду; гармонізація особистості, побудова свого генеалогічного древа «по-українськи» так, як це підсвідомо робили наші предки на вишиваних рушниках, підвищення самооцінки юнаків і юнок, самоідентифікація себе як етнофора, відновлення внутрішнього зв'язку з родиною, корекція власного ставлення до членів сім'ї, самоствердження власного «Я», особисте зростання учасників тренінгу.

Тренінг було спрямовано на самоусвідомлення особистості, діагностику стосунків у сім'ї між дитиною та батьками, близькими родичами, що дає можливість через особисте зрозуміти свою належність до певної етнічної групи, що є соціальним угрупованням. Ґрунтується на творчому підході кожного з учасників до народного прикладного мистецтва – української народної вишивки.

У ході розроблення та впровадження соціально-психологічного тренінгу дотримувалися таких базових психологічних принципів: діяльність; дослідницька позиція учасників; співтворчість у суб'єкт-суб'єктній взаємодії викладача-тренера й кожного з учасників групи; принцип індивідуальної та колективної творчості; принцип взаємної довіри учасників тренінгового процесу; принцип добровільності участі; принцип безумовного прийняття інших членів взаємодії; принцип самоусвідомлення та саморозвитку; принцип особистісного підходу; принцип особистої дії.

Тренінг побудовано так, що його перші завдання присвячено роботі на індивідуально-психологічному рівні на тлі безпосереднього оточення індивіда, а наступні – переходу від індивідуального через безпосереднє оточення індивіда на рівень суспільства. Один із основних посилів в роботі – ціннісний аспект і на особистому рівні, і на рівні суспільства, які в тренінгу переплітаються, взаємопроникаючи один в одного.

У роботі тренінгу застосовували авторську проєктивну методику, ідея якої зародилася завдяки пізнанню автором семантики українського народного рушника.

Тренінговим приміщенням має бути простора кімната, стільці (за кількістю учасників і ведучого), у центрі кімнати – довгий стіл, за яким працюють учасники тренінгу.

Обладнання для заняття: елементи традиційного вишитого рушника – набір вирізаних квіток різної величини й конфігурації двох кольорів (червоного, синього), вирізані з паперу горщики, різнокольорові олівці, фломастери, клей, білий папір формату А12. Упродовж тренінгу застосовується музичний супровід – українська народна музика.

Початок: знайомство, короткий вступ тренера щодо вибраної форми роботи, прийняття правил, очікування учасників. Спілкувалися в умовах соціально-психологічного тренінгу за такими правилами, які могли корегувати відповідно до особливостей роботи в конкретній групі та потребами самих учасників: 1) «тут і тепер» – розмова про те, що відбувається в групі в кожен конкретний момент; виключення загальних, абстрактних міркувань; 2) персоніфікація висловлювань; 3) акцентування мови почуттів – уникання оцінкових суджень, їх заміна описом власних емоційних станів; 4) активність – уключеність в інтенсивну міжособистісну взаємодію кожного із членів групи, до-

слідницька позиція учасників; 5) довірливе спілкування – відвертість, відкрите вираження емоцій і почуттів; 6) конфіденційність – почуте не підлягає розголосу.

Тренінг складається з двох блоків. Перший блок присвячено створенню «свого власного рушника» як праобразу генеалогічного дерева. Цей блок має спочатку діагностичний характер, потім, після власних усвідомлень може набувати терапевтичного характеру.

Кожен учасник тренінгу отримує чистий аркуш паперу. На загальному столі, за яким сидять учні, лежать вирізані заготовлені квітки та решта матеріалів.

Перше завдання. Учням пропонують вибрати квітку з наданих заготовлених елементів ту, яка б символізувала самого учня. Далі цю квітку потрібно розмістити на аркуші паперу там, де відчуває сам учасник тренінгу, де буде, на його думку, правильно.

Тренер акцентує увагу на тому, що робить учень, вибираючи квітку-себе й супроводжує роботу запитаннями: Яка (який) я? Який колір квітки я обираю, чому? Розмір моєї квітки? Яка форма квітки? Розміщую квітку на аркуші паперу. Де саме? Чому там? Як мені там самій? Як я відчуваюся?

Наступне завдання вимагає від учасників вибрати серед квіток своїх тата й маму, братів і сестер, і, вдумуючись, розмістити їх на тому ж аркуші паперу так, як кожен вважає за потрібне.

Знову звучать запитання від тренера, аналогічні тим, які вже звучали щодо самого учасника тренінгу.

Далі пропонується вибрати з квіток дідусів і бабусь, розмістити їх за аналогією попередніх завдань. Дозволяється переміщати вибрані квітки, які символізували близьких родичів так, як уважав за потрібне кожен учасник тренінгу. Обов'язкова умова під час виконання завдання: учень має замислитися, вдуматися в стосунки між родичами й розмістити їх за своєю інтуїтивною підказкою, щоб дослідити стосунки в сім'ї.

Коли цей етап завершено, учасникам пропонують наклеїти вибрані й розміщені квіточки на аркуш паперу (обов'язкова умова – за бажанням).

Наступний крок – шерінг для проговорення й актуалізації зробленого. Важливий акцент: потрібно звертати увагу на те, що відчуває учасник тренінгу, коли розміщує квіти, можливо, хтось щось помітив, можливо з'явилися якісь думки й виникло бажання ними поділитись.



Коли на подібному тренінгу присутні багато людей, їх варто розділити на пари за їхнім власним вибором і зробити обмін міркуваннями в парах, а на загальне коло висловитись тільки тим, хто захоче.

Наступне завдання – об'єднати квіти за допомогою олівців чи фломастерів і, за бажанням, «посадити» їх у горщечки. Обов'язкова умова – звертати увагу на те, чи хочеться це робити, чи ні й з яким почуттям. Пропонується взяти в роботу заготовлені горщики, а хто захоче – може просто їх домалювати. Від тренера звучить нагадування про відстеження своїх почуттів.

Інструкція від тренера: «Можливо, у когось з'явиться бажання домалювати коріння, можливо об'єднати квіти в дерево чи букет. На цьому етапі можна імпровізувати. Хто забажає, можна домалювати щось на квітах. Робити потрібно так, як кожен відчуває. Якщо в когось з'являються труднощі з об'єднанням, кожен може зробити так, як вважає за потрібне».

Наступний крок – шерінг. Перелік запитань від тренера: Чи відчутна була різниця, коли Ви були самі на папері, чи разом з родиною? Чи помічали Ви різницю в почуттях, коли були квіткою поза землею й коли посадили в горщик? Чи є різниця коли квіти були окремо на аркуші паперу й коли Ви їх об'єднали? Де Ваше місце? Як Вам бути в сім'ї, у родині? Чи є різниця у квітах урізномбій і разом? Чи змінилося щось, коли Ви об'єднали квіти й посадили їх в землю? Чи знайшли Ви в цьому підтримку, можливо, ресурс? Якщо відповідь «так» на попереднє запитання, то в чому? Якщо відповідь «ні» на попереднє запитання, спробуйте пошукати цей ресурс на Вашій картині. Можливо, Ви знайдете підтримку окремо в когось із членів родини. Чи подобається Вам Ваша композиція: дерево чи букет? Що Ви можете сказати своєму родовому дереву? Що Ви можете зробити для свого роду, щоб він було кращим, міцнішим? Які Ваші почуття, що Ви зараз відчуваєте? Чи не нагадує Вам щось Ваша картина чи квіти на ній?

Зазвичай, учасники тренінгу впізнають, що вони створюють свій рушник як аналогію сімейної світлин.

У повній версії цього тренінгу далі йде робота зі світом близьких померлих родичів. Квіти, які їх символізують, розміщують під горщиком із квітами. Це дуже важлива умова. Тим учням, у кого не вистачає паперу, можна доклеїти знизу.

Канонічний вишитий український рушник має три частини: 1) світ сучасний (тут і тепер), 2) світ померлих родичів, який розміщують у

самому низу рушника, під лінією з меандра, яка розділяє ці два світи, 3) світ духовний (зверху), пов'язаний із вищими силами, який ніколи нічим не розділяється зі світом теперішнім [9].

На останок першого блоку учасникам пропонують обмалювати всю композицію створеного рушника меандром – охоронною лінією. Під час шерінгу – проговорення й актуалізація зробленого та відчутого.

Доносячи юнакам філософію вишитого рушника, ураховували їхні вікові особливості та специфіку сприйняття ними інформації. Зокрема, родове дерево, яке відтворювали на рушнику, представляли як «нашу сімейну світлинку». Центральна квітка дерева – це дитина, для якої вишивається рушник, квітки поруч, трохи нижче – це брати та сестри, ще нижче більші квіти – батько й мати, на самому низу дерева, похилені донизу квіти – то дідусі й бабусі. Під горизонтальною лінією – світ померлих родичів – прадідів.

Готуючись до роботи над рушником із такої позиції, учасникам пропонували простежити генеалогічне древо свого роду, дізнатися про свої витоки. Вивчаючи тему рушника на уроках, у навчально-виховному процесі, можна залучити до цієї справи родичів учнів: батьків, дідів, бабусь, прадідів, прабабусь, які розкажуть дітям про родину, сім'ю, цікаві сімейні історії, байки. Усе це, безумовно, буде слугувати зміцненню родини й усвідомленню учнями своїх першоджерел.

Пояснення юнакам семантики зображеного на рушнику родинного чи світового дерева із залученням до цієї справи всієї родини юнацька свідомість сприймає не відсторонено. Подібна діяльність позитивно впливає на індивіда, на сім'ю і на родину загалом. Саме через таку дослідницько-пошукову роботу, через актуалізацію цікавості до теми сім'ї в учнів може проявлятися повага й любов до родини і Батьківщини.

У рамках нашого формувального експерименту в теоретичній частині ми, застосовуючи філософський принцип сходження від абстрактного до конкретного та положення концепції О. М. Лозової про етнічний гештальт-контекст, ішли від ширшого поняття, яке в гештальт-підході можна назвати фоном (тлом), до вузкого, яке можна трактувати як фігуру. Також звертали увагу на почуття та емоції, які виникали на межі (границі) контакту. Ми рухалися від поняття цілої країни – «Україна» – через її народну культуру до поняття «Я».

Другий блок тренінгу. Варто наголосити, що естетика вишиваних квіток несе в собі позитивні емоції, які сприяють усвідомленню, що

Родове дерево – це частинка Світового дерева, що існує твоя особиста належність до Світу. Усе це все дає молодій людині можливість зрозуміти свої корені, свою ідентифікацію, свою укоріненість на цій Землі. У цьому й полягають ази формування етнічної свідомості. Отже, звичайний тренінг можна перетворити на проект із пізнання себе, своєї родини, своїх витоків та свого місця в соціумі.

У другому блоці наша робота була присвячена тому, що від поняття «Я» учасники рухалися до поняття країни, України, до розуміння того, що ми всі належимо світу. Відповідно до цього учасникам тренінгу було запропоновано розширити своє бачення далі своєї родини. Для цього використали територіально-адміністративний поділ нашої країни. Відбувалось це за таким порядком: Я – будинок, у якому проживає сім'я – вулиця – мікрорайон (куток – в сільській місцевості) – район – місто (село) – область – країна.

Учасники тренінгу склеювали довгий папір, вибрали квітки, кожній із яких дали назву обласного центру, столиці. Отож, учасники разом приходять до створення великого рушника нашої країни. Створений рушник України обвели обереговим меандром і пов'язали з вищими силами за знайомими їм канонами створення рушника. Наостанок відбувся шерінг для проговорення й актуалізації зробленого та усвідомленого за другий блок і за тренінг загалом.

Отже, від усвідомлення свого коріння, своїх витоків, сім'ї, родини до усвідомлення себе в оточенні спочатку малого, потім великого відбувалася самоідентифікація кожної особистості саме як етнофора. Це відбувалося поступово, від усвідомлення та ствердження свого «Я» через наслідування народної традиції до усвідомлення себе у своїй країні та самоствердження країни через себе. Учасники тренінгу відчули, що існує твоя особиста належність до Світу. Відповідно до того, що народна традиція несе в собі відображення етносу, впродовж тренінгу формувався саме етнічна свідомість етнофора, що засвідчено зворотним зв'язком учасників тренінгу.

Методику, використану в представленому тренінгу, апробували на майстер-класах багатьох конференцій різного рівня та у формуальному експерименті нашого наукового дослідження.

**Висновки.** Цим науковим дослідженням емпірично доведено, що після проведення тренінгу, який уходить до програми психолого-педагогічного супроводу формування етнічної свідомості в експериментальній групі, відбулася низка позитивних змін у таких групах

показників: у ставлення до своєї етнічної належності; у ставленні до типових ознак української етнічності; в інтенсивності використання етнотворчого кластеру семантики, пов'язаного з традиційними народними ремеслами; у зміні самооцінки власної етнічної ролі; у посиленні узгодженості між знаково-символічними асоціаціями з поняттям «Україна» та з власною особистістю досліджуваного; у позитивній динаміці емоційної забарвленості й типових фоносемантичних ознак продюкованих текстів; у розширенні асоціативного репертуару та ускладненні асоціативного поля поняття *українська народна вишивка*; також представлено методичну розробку «Родове дерево», яке виховує глибинну повагу до свого народу, до свого етносу, через цю повагу – любов до свого роду, сім'ї, до себе, до своєї країни; це один із практичних засобів формування етнічної свідомості українців у юнацькому віці.

### *Література*

1. Буряк В. Д. Архетипно-інтелектуальний феномен національної свідомісної ідентифікації і публічне мислення / В. Д. Буряк. – Львів : Вісн. Львів. ун-ту. Сер. : Журналістика. – 2004. – Вип. 25. – С. 97–111.  
Buryak V. D. Arkhetypno-intelektualny fenomen nacionalnoyi svidomisnoyi identyfikatsiyi i publichne myslennya [Archetype intellectual phenomenon of national consciousness identification and public thinking] / V. D. Buryak. – Lviv : Visn. Lviv. un-tu. Ser. : Zhurnalistyka. – 2004. – Vyp. 25. – S. 97–111.
2. Буряк В. Д. Поетика інформаційно-художньої свідомості. Еволюція форм і методів вираження інформації в контексті інтелектуалізації творчої свідомості / В. Д. Буряк. – Дніпропетровськ : Вид-во Дніпропетр. ун-ту, 2001. – 340 с.  
Buriak V. D. Poetyka informaciyno-khudozhnoi svidomosti. Evolyuciia form i metodiv vyrazhennia informacii v konteksti intelektualizacii tvorchoi svidomosti [Poetics of informational and artistic consciousness. Evolution of forms and information expression methods in the context of intellectualization of creative consciousness] / V. D. Buriak. – Dnipropetrovsk : Vyd-vo Dnipropetr. un-tu, 2001. – 340 s.
3. Выготский Л. С. Психология искусства / Л. С. Выготский. – М. : Педагогика, 1987. – 368 с.  
Vygotskiy L. S. Psykhologiya iskusstva [Psychology of art] / L. S. Vygotskiy. – M. : Pedagogika, 1987. – 368 s.
4. Галіцина Л. В. Методика «Витинанка. Дерево роду» як інструмент роботи з образом Я / Л. В. Галіцина // Простір арт-терапії: спадок десятиліття : ювілей. зб. наук. пр. – К. : ДВНЗ «УМО», 2013. – С. 94–102.  
Galicyna L. V. Metodyka “Vytynanka. Derevo rodu” yak instrument roboty z obrazom Ya [Methodics “Vytynanka. Genus tree” as working tool with Self-

- image] / L. V. Galicyna // Prostir art-terapiyi: spadok desyatylittya : yuviley. zb. nauk. pr. – К. : DVNZ “УМО”, 2013. – S. 94–102.
5. Горбунова В. В. Психологічні чинники формування етнічної свідомості у юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Горбунова В. В. ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2003. – 266 с.  
Gorbunova V. V. Psykhologichni chynnyky formuvannia etnichnoi svidomosti u yunatskomu vitsi : dis. ... kand. psikhol. nauk : 19.00.07 [Psychological factors of formation of ethnic consciousness in adolescence] / V. V. Gorbunova ; In-t psykhologii im. G. S. Kostiuka APN Ukrainy. – К., 2003. – 266 s.
6. Лозова О. М. Психосемантична структура етнічної свідомості : дис. ... д-ра психол. наук : спец. 19.00.01 – Загальна психологія, історія психології / Лозова О. М. ; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К., 2008.  
Lozova O. M. Psykhosemantychna struktura etnichnoi svidomosti : dys. ... d-ra psykhol. nauk : spec. 19.00.01 – Zagalna psykhologiia, istoriia psykhologii [Psychosemantic structure of ethnic consciousness] / Lozova O. M. ; In-t psykhologii im. G. S. Kostiuka APN Ukrainy. – К., 2008.
7. Макаров А. М. П'ять етюдів: підсвідомість і мистецтво. Нариси з психології творчості / А. М. Макаров. – К. : Рад. письменник, 1990. – 218 с.  
Makarov A. M. Pyat etyudiv: pidsvidomist i mystecztvo. Narysy z psykhologiyi tvorchoosti [Five etudes: sub consciousness and art] / A. M. Makarov. – К. : Rad. pismennyk, 1990. – 218 s.
8. Максименко С. Д. Основи генетичної психології : навч. посіб. / С. Максименко. – К. : НПЦ «Перспектива», 1998. – 220 с.  
Maksymenko S. D. Osnovy genetychnoi psykhologii : navch. posib. [Basis of Genetic Psychology] / S. Maksymenko. – К. : NPCz “Perspektyva”, 1998. – 220 s.
9. Мельничук Ю. О. Дерево життя у вишивках / Ю. О. Мельничук // Артания : альманах. – 1998. – Кн. 4. – С. 51–52.  
Melnychuk Yu. O. Derevo zhyttya u vyshyvках [Life Tree in embroideries] / Yu. O. Melnychuk // Artaniya : almanax. – 1998. – Kn. 4. – S. 51–52.
10. Сабол Д. М. Етнокультурна семантика української вишивки / Д. М. Сабол // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – К. : [б. в.], 2011. – Т. XIII, ч. 6. – С. 278–285.  
Sabol D. M. Etnokulturna semantyka ukrayinskoji vyshyvky [Ethno-cultural semantics of Ukrainian embroidery] / D. M. Sabol // Problemy zagalnoyi ta pedagogichnoyi psykhologiyi : zb. nauk. pr. In-tu psykhologiyi im. G. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. – К. : [b. v.], 2011. – T. XIII, ch. 6. – S. 278–285.
11. Сабол Д. М. Етнонаціональна самоідентифікація юнацтва в контексті народної творчості [Електронний ресурс] / Д. М. Сабол // Технології розвитку інтелекту / Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, лабораторія нових інформ. технологій навчання. – К., 2015. – Режим доступу : <http://www.newlearning.org.ua/content/elektronniy-zhurnal-lnitn>  
Sabol D. M. Etnonatsionalna samoidentifikatsiia yunatstva v konteksti narodnoi tvorchoosti [Elektronnyy resurs] [Ethno-national self-identity of youth in the

context of folk art] / D. M. Sabol // *Tehnologiyi rozvitku intelektu / In-t psikhologii im. G. S. Kostyuka NAPN Ukrayiny, laboratoriya novykh inform. tehnologiy navchannya*. – K., 2015. – Rezhim dostupu : <http://www.newlearning.org.ua/content/elektronniy-zhurnal-lnitn>

12. Сабо́л Д. М. Структура асоціативних полів концепту «українська народна вишивка» в етнічній свідомості юних українців / Д. М. Сабо́л // *Science and Education a New Dimension Pedagogy and Psychology*. – Budapest, 2015. – Vol. III (25), Is. 49. – P. 93–96.

Sabol D. M. Struktura asotsiatyvnykh poliv kontseptu “ukrainska narodna vyshyvka” v etnichniy svidomosti yunyh ukraintsiv [Structure of associative field concept “Ukrainian folk embroidery” in the ethnic mind of young Ukrainian] / D. M. Sabol // *Science and Education a New Dimension Pedagogy and Psychology*. – Budapest, 2015. – Vol. III (25), Is. 49. – P. 93–96.

13. Сабо́л Д. М. Етнічна свідомість та етнічна самосвідомість як фактори етнотворення [Електронний ресурс] / Д. М. Сабо́л // *Пізнавальний та перетворювальний потенціал історичної психології як науки : Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. Одес. нац. ун-ту ім. І. І. Мечникова (5 лют.–5 берез. 2015 р.)* : зб. ст. – Режим доступу : <http://e-learning.onu.edu.ua/forum>

Sabol D. M. Etnichna svidomist ta etnichna samosvidomist yak faktory etnotvorennia [Electronnyi resurs] [Ethnic consciousness and ethnic self-identity as factors of etno-formation] / D. M. Sabol // *Piznavalnii ta peretvoryvalnii potentsial istorichnoi psikhologii yak nauki : Mizhnar. nauk.-prakt. internet-konf. Odes. nats. un-tu im. I. I. Mechnikova (5 lyut.–5 berez. 2015 r.)* : zb. st. – Rezhim dostupu : <http://e-learning.onu.edu.ua/forum>

14. Сабо́л Д. М. Вплив української народної вишивки на формування етнічної свідомості молоді / Д. М. Сабо́л // *Етнічна свідомість та крос-культурна взаємодія сучасної молоді : VI Міжнар. наук.-практ. конф., 26 берез. 2015 р. / НАПН України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка [та ін.]* : зб. ст. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2015. – С. 42–46.

Sabol D. M. Vplyv ukrainskoi narodnoi vyshyvky na formuvannia etnichnoi svidomosti molodi [Effect of Ukrainian folk embroidery on the formation of ethnic consciousness of youth] / D. M. Sabol // *Etnichna svidomist ta kros-kulturna vzaiemodiia suchasnoi molodi : VI Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (26 berez. 2015 r.) / NAPN Ukraini, In-t psikhologii im. G. S. Kostyuka [ta in.]* : zb. st. – Sumy : SumDPU im. A. S. Makarenka, 2015. – S. 42–46.

15. Хлівна О. М. Психологічні тенденції використання проєктивних методів в сучасній практичній психології / О. М. Хлівна // *Вісн. Одес. нац. ун-ту : зб. наук. пр. Сер. : Психологія*. – Одеса : Астропринт, 2012. – Т. 17, вип. 8 (20). – С. 439–444.

Khlivna O. M. Psykhologichni tendencii vykorystannia proektyvnykh metodiv v suchasniy praktychnii psykhologii [Psychological trends of using projective techniques in modern practical psychology] / O. M. Khlivna // *Visn. Odes. nats. un-tu : zb. nauk. pr. Ser. : Psykhologiya*. – Odesa : Astroprynt, 2012. – T. 17, vyp. 8 (20). – S. 439–444.