**Використання екскурсійного потенціалу міста Хмельницького для досягнення цілей психотерапії**

**Автор:** Тихий Емануїл, учень 10 класу Хмельницького приватного ліцею «Мої обрії», 0636000315, maths.distans.moiobrii@gmail.com

Організація екскурсійної діяльності є пріоритетним напрямком індустрії туризму. Незважаючи на те, що Хмельницький визнано одним з найбільш безпечних, найчистіших і найкомфортніших обласних центрів в Україні, є містом-переможцем премії ПАРЄ за впровадження європейських ідей, **його туристичний потенціал роками не визнавали, сприймаючи місто лише як транзитний населений пункт або “місто базарів”.**

**Протягом останніх років в місті ведеться системна робота, спрямована на розвиток туризму. П**роведений аналіз існуючих екскурсійних маршрутів по Хмельницькому, дає підстави стверджувати, що акцент зроблено на розвиток відпочинкового та історичного туризму. Однак вважаємо, що потенціал міста значно ширший. В процесі дослідження екскурсійного потенціалу нашого міста виникла **гіпотеза**, що окремі об’єкти міста можуть бути використані для діагностики, корекції та терапії психологічних проблем особистості. Зробили припущення, що до психотерапевтичного маршруту варто включити єдиний в Україні пам’ятник барону Мюнхгаузену, скульптури Миколи Мазура, мурали. У відповідності до висунутої гіпотези, ми поставили за **мету** дослідити можливість використання екскурсійного потенціалу міста Хмельницького для досягнення цілей психотерапії.

**Об’єктом дослідження** було обрано екскурсійний потенціал міста Хмельницького, **предметом дослідження** - можливості використання екскурсійного потенціалу міста Хмельницького для досягнення цілей психотерапії.

Мета зумовила конкретні **завдання**, а саме:

1. Проаналізувати стан розкриття туристичного потенціалу м. Хмельницького
2. Підібрати об'єкти для формування психотерапевтичного маршруту та перевірити корекційний, профілактичний, корекційно-розвивальний і терапевтичний потенціал вибраних об'єктів.
3. Оцінити потенціал створеного екскурсійного маршруту для досягнення цілей психотерапії.

До проведення експерименту залучили психолога, практикуючого психотерапевта Успенську Л. І та сформували групу з 25 осіб, які мали депресію, професійне вигорання, переживання вікової кризи, переживання втрати та горя. Задіяні в експерименті особи споглядали описані вище об’єкти та описували емоції, що викликав об’єкт споглядання, помічену кольорову гаму, вибудовували асоціативний ряд. На початку роботи 80% осіб відчували скутість і невпевненість у висловлюванні своїх емоцій, думок. Після того знайомства з історією виникнення об’єкту, задумом автора, свобода висловлювань помітно зростала, в уяві людей виникали образи. Ці образи стали об’єктом спостереження психотерапевта, оскільки в образах міститься узагальнення минулого та поточного досвіду, вираження уявлень про майбутнє. Нові ситуації і моделі поведінки можуть бути змодельовані і відіграні в образних формах раніше, ніж вони будуть усвідомлені і знайдуть своє втілення у реальній поведінці.

Люди, що пройшли психотерапевтичні екскурсії, у порівнянні з контрольною групою, швидше відчували в собі сили працювати з травматичним матеріалом, підвищувалась опірність стресу, знижувався рівень тривожності. Відібрані до екскурсійного маршруту об’єкти виступили інструментами психотерапії. Так, пам’ятник барону Мюнхгаузену привернув увагу до проблеми необхідності кожній людині отримувати увагу, піклування, симпатію та психологічну підтримку, висловити занепокоєння, якщо цього їм не вистачає. Процес споглядання дивних скульптур Миколи Мазура та муралів призводив до пожвавлення спогадів і фантазій, народження візуальних образів, в яких розкривається глибокий психологічний зміст проблеми людини. Запропоновані об’єкти провокували проекцію різноманітних почуттів та емоцій, що призводило до емоційного розвантаження.

Проведене дослідження підтверджує, що об’єкти м. Хмельницького несуть потужний корекційний, профілактичний, корекційно-розвивальний і терапевтичний потенціал. Включення даних об’єктів до терапевтичного екскурсійного маршруту допоможе психотерапевту швидше діагностувати проблему, встановити баланс між свідомою і несвідомою частинами психіки, є надійним каналом для виходу психічного напруження, яке виникло в результаті психотравми.

**Керівники:** Музичук Ірина Вікторівна, вчитель математики ХПЛ «Мої обрії», 0976654326, [iramuz@ukr.net](mailto:iramuz@ukr.net), Успенський Ігор Валентинович, вчитель історії ХПЛ «Мої обрії», 0688337193, uspeniatko68@gmail.com