

Міністерство освіти і науки України
Національний університет водного господарства та природокористування
Навчально-науковий інститут
економіки та менеджменту
Кафедра суспільних дисциплін

„ЗАТВЕРДЖУЮ”
Проректор з науково-педагогічної,
методичної та виховної роботи
_____ О.А. Лагоднюк
„_____” _____ 2019 р.



Національний університет
водного господарства
та природокористування

07-03-111

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Program of the Discipline

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОТРЕНІНГУ

THEORY AND METHODOLOGY OF PSYCHOTRENING ORGANIZATION

**для здобувачів I (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності
053 «Психологія»**

for applicants of Bachelor level of education specialty 053 «Psychology»



Національний університет
водного господарства
та природокористування

07-03-111 Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика організації психотренінгу» для здобувачів I (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності «Психологія» – Рівне: НУВГП, 2019. – 14 с.

Розробник: Оксентюк Н.В., к.психол.н., доцент

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри суспільних дисциплін

Протокол від 02 травня 2019 р. № 13



Національний університет
водного господарства
та природокористування

Зав. кафедри суспільних дисциплін

Ю.П. Олексін

02 травня 2019 р.

Робочу програму схвалено науково-методичною комісією зі спеціальності 053 «Психологія»



Протокол № 5 від «02» травня 2019 року

Національний університет
водного господарства
та природокористування

Голова науково-методичної комісії _____ Ю.П. Олексін
02 травня 2019 року

© Оксентюк Н.В., 2019

© НУВГП, 2019

ВСТУП

Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів відповідно до навчального плану для спеціальності «Психологія» денної/заочної форми навчання.

Міждисциплінарні зв'язки: «Теорія і методика організації психотренінгу» є складовою частиною дисциплін психологічного циклу нормативного блоку. Її вивчення передбачає розв'язання низки завдань професійної підготовки фахівців вищої кваліфікації, зокрема: опанування системою знань та вмінь щодо закономірностей процесу функціонування психіки. Вивчення курсу передбачає наявність систематичних та ґрунтовних знань із суміжних курсів – «Вступ до спеціальності», «Практикум з психології», «Соціальна психологія», «Педагогічна психологія» тощо.

Вимоги до знань та умінь визначаються галузевими стандартами вищої освіти України.

Ключові слова: психотренінг, інноваційні методики навчання, структура тренінгу, модель динаміки групи, особистісний розвиток, особистісна зрілість, професійна підготовка, формування спеціальних психологічних вмінь.

Анотація

Робоча навчальна програма з дисципліни «Теорія і методика організації психотренінгу» є нормативним документом Національного університету водного господарства та природокористування, який розроблено кафедрою суспільних дисциплін на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів відповідно до навчального плану для спеціальності «Психологія» денної форми навчання. Робочу навчальну програму укладено згідно з вимогами кредитно-модульної системи організації навчання. Програма визначає обсяги знань, які повинен опанувати бакалавр відповідно до вимог освітньо-кваліфікаційної характеристики, алгоритму вивчення навчального матеріалу дисципліни «Теорія і методика організації психотренінгу», необхідне методичне забезпечення, складові та технологію оцінювання навчальних досягнень студентів. «Теорія і методика організації психотренінгу» є складовою частиною дисциплін психологічного циклу нормативного блоку. Її вивчення передбачає розв'язання низки завдань професійної підготовки фахівців вищої кваліфікації, зокрема: опанування системою знань та вмінь щодо закономірностей процесу функціонування психіки.

Abstract

The work curriculum is made in accordance with the requirements of the credit-module system of training organization on the basis of an educational and professional

program of preparation of bachelors in accordance with the curriculum for the specialty "Psychology" of full-time/part-time education.

Interdisciplinary connections: "Theory and methodology of organization of psychotraining" is the component of the disciplines of the psychological cycle of the normative block. Its study involves solving a number of tasks of professional training of specialists of higher qualification, in particular: mastering the system of knowledge about the regularities of the functioning of the psyche. Studying the course involves the availability of systematic and thorough knowledge of the related courses - "Introduction to a specialty", "Practicum on Psychology", "Social Psychology", "Pedagogical Psychology" and others like that.

Requirements for knowledge and skills are determined by sectoral standards of higher education of Ukraine.

Key words: psychotraining, innovative teaching methods, structure of training, model of group dynamics, personal development, personality maturity, professional training, formation of special psychological skills.



1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5	Галузь знань <u>05 Соціально-поведінкові науки</u> (шифр і назва) Спеціальність <u>053</u> «Психологія» (шифр і назва)	Нормативна (за вибором)	
Модулів – 2		Рік підготовки:	
Змістових модулів – 3		3-й	
Індивідуальне науково-дослідне завдання <u>немає</u>		Семестр	
Загальна кількість годин - 150 год		6-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 год самостійної роботи студента – 4,5 год		Лекції	
		30 год.	2 год.
		Практичні, семінарські	
		30 год.	10 год.
		Лабораторні	
	0 год.		
	Самостійна робота		
	90 год.	138 год.	
Індивідуальні завдання: год.			
Вид контролю: екзамен			

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета. Засвоєння студентами знань про психологічний тренінг, психокорекцію та психологічне консультування, їх різновиди. Отримання певного власного досвіду психологічного тренінгу, усвідомлення та відчуття закономірностей функціонування людської психіки і набуття навичок активно взаємодіяти та впливати на психіку іншої особистості, враховуючи її потенційні, вікові та індивідуальні психологічні особливості, прогнозувати її поведінку та вчинки тощо.

Завдання:

1. Сформувати в студентів уявлення про сутність та основну проблематику психотренінгу, а також його місце і роль в сучасній психологічній науці;
2. сприяти засвоєнню знань основних технологій групової тренінгової роботи та набуття вмінь і навичок планування, підготовки та проведення тренінгових занять;
3. розвинути навички встановлення контакту, партнерської взаємодії, візуальної психодіагностики, конструктивного підходу у вирішенні проблем соціальної взаємодії, покращення, корекції та розвитку власної комунікативної компетентності у системі міжособистісних взаємин;
4. ознайомити студентів зі специфікою організації та проведення індивідуального і групового психотренінгу.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти повинні **знати:**

- функції, види, мету і завдання психологічного тренінгу;
- основні методи групової роботи;
- стандарти тренінгової роботи та індивідуальний стиль тренера;
- роль психотренера у підготовці та перебігу тренінгу;
- основні переваги та ефективність групової роботи;
- динаміку розвитку тренінгових груп, різновиди сензитивності;

Уміти:

- підбирати інтерактивні ігри, різноманітні тренінгові вправи для розв'язання конкретних психологічних проблем;
- застосовувати прийоми самостійного створення тренінгових технік, проведення та аналізу тренінгових занять;
- розробляти психотренінгові програми;
- мати стійке позитивне настановлення на іншу людину та допомогу їй, орієнтуватися у власному досвіді спілкування, що є необхідною передумовою і складовою розвитку психологічної компетентності у міжособистісних взаєминах.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1

Змістовний модуль 1. Сутність психологічного тренінгу

Тема 1. Психологічний тренінг як метод практичної психології

Історія виникнення групового соціально-психологічного навчання. Співвідношення понять "групове соціально-психологічне навчання" і "групова психотерапія", "тренінг", "соціально-психологічний тренінг" та "маніпуляція". Цілі, основні положення, правила, характеристики тренінгових груп. Комунікативна компетентність.



Національний університет
водного господарства
та природокористування

Тема 2. Організаційно-методичні аспекти проведення тренінгу.

Конструювання програми тренінгу

Основні принципи конструювання програми СПТ і оцінки її ефективності: постановка цілей і формулювання завдань тренінгу. Ввідна частина тренінгу, її структура, завдання і психотехніки. Самопрезентація тренера, введення правил тренінгової групи. Визначення потреб тренінгової групи. Поняття модуля і номера програми тренінгу. Зворотний зв'язок. Деролінг, шерінг і де-брифінг. Проблематизація в тренінгу. Експлікація в тренінгу. Структура тренінгового заняття. Аналіз проведеного тренінгового заняття.

Тема 3. Різновиди тренінгів

Поняття про «Мозковий штурм» Корпоративні тренінги. Поняття про коучінг. Ділові і організаційно-розумові ігри. Тренінг асертивності. Тренінг комунікативності. Тренінг переговорів. Відеотренінг. Тренінги особистісного росту. Бізнес-тренінги. Тренінг підготовки персоналу. Тренінг продажів. Тренінг особистісного зростання. Тренінг психоаналітичної орієнтації. Тренінг біхевіористської орієнтації. Тренінг гуманістичної орієнтації. Тренінг когнітивістської орієнтації. Профілактичні тренінги.

Змістовний модуль 2. Методики проведення психологічного тренінгу

Тема 4. Особливості застосування психотренінгу з врахуванням психосоціального розвитку на різних вікових етапах

Характеристика вікових етапів. Особливості конструювання структури тренінгу для роботи з людьми різного віку: встановлення правил, порядок чергування вправ, тривалість вправ. Особливості тренінгів для дошкільників, молодшого шкільного віку, для підлітків.

Тема 5. Методи і методики тренінгів вмінь

Методи діагностики учасників СПТ. Методи розвитку уваги.



Розвиток мислення та пам'яті. Тренування вмінь емотивно-вольової регуляції. Методики планування майбутнього, прийняття рішень, комунікативних вмінь, впевненості в собі. Тренінги з елементами психодрами. Ігрове моделювання. Організаційно-ділові та ролеві ігри як основа тренінгу. Методи, засновані на невербальній активності: проєктивний малюнок, психогімнастика, тілесно-орієнтовані методики, психодраматичні, транзакційного аналізу, гештальт підходу, форми арттерапевтичної роботи, техніки НЛП. Методи дискусії, ігр, кейсів, мозкового штурму.

Тема 6. Техніки, які використовуються у тренінгу

Особливості використання групових технік. техніки встановлення і підтримки соціально-психологічного, терапевтичного контакту належать. Психокорекційна техніка. Техніка активного слухання. Техніка емпатичного приєднання до учасника тренінгу. Техніка вербального і невербального спілкування тренера з групою. Трансформаційні техніки (уміння).

Модуль 2

Змістовний модуль 3. Особистість тренера та групова динаміка

Тема 7. Сфера впливу в тренінгу

Концентрування уваги учасників тренінгу на їх комунікативних вміннях, пробудження інтересу до іншої людини. Оволодіння певними соціально-

психологічними знаннями. Корекція і формування соціально-психологічних умінь і навичок. Усвідомлення цілісності соціально-психологічного буття людей. Розвиток здатності адекватно пізнавати себе і інших; переборення ілюзій самодостатності окремого індивіда, формування почуття органічного зв'язку кожного з колективом. Оволодіння прийомами декодування психологічних повідомлень, що надходять від оточуючих; Вивчення індивідуалізованих прийомів міжособистісного спілкування. Активізуючий ефект міжособистісного спілкування у навчально-експериментальній обстановці тренінгу.

Тема 8. Психологічний зміст взаємодії в тренінговій групі. Групова

динаміка
Національний інститут
водного господарства
та природокористування

Феномен малої групи. Групові ролі та норми. Єдність і конкуренція в групі. Проблема психологічного опору. Типи лідерства. Взаємодія тренера та групи. Стадії розвитку групи. Соціально-психологічна структура групи. Взаємозв'язок мети тренінгу та структури групи. Основні цілі введення правил робот в тренінг. Правила праці в групі. Класифікація тренінгових груп, їх критерії.

Пізнання учасниками груподинамічних феноменів і розуміння власної причетності до міжособистісних ситуацій, що виникають. Міжособистісний зворотний зв'язок та його різновиди: конструктивний і деструктивний. Динамічні процеси в групах соціально-психологічного тренінгу. Групова згуртованість та її роль у процесі тренінгової роботи. Основні чинники групової згуртованості.

Тема 9. Стандарти тренінгової роботи та індивідуальний стиль тренера

Стандарти тренінгової роботи та етичні стандарти психолога. Керівник (ведучий) тренінгової групи: характеристика, функції, види діяльності. Професійно значущі якості тренера групи, вимоги. Розподіл відповідальності між тренером та іншими учасниками. Керівництво тренінговою групою. Функції ведучого та стилі керівництва групою. Умови ефективної роботи

ведучого. Діяльність ведучого, спрямована на групу в цілому. Діяльність ведучого, спрямована на окремих членів групи. Пастки для ведучого. Інтервенції ведучого, спрямовані на подолання проблем взаємодії в групі.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього го	у тому числі			усього го	у тому числі		
		л	п	с.р.		л	п	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	13
Модуль 1								
Змістовний модуль 1. Сутність психологічного тренінгу								
Тема 1. Психологічний тренінг як метод практичної психології.	18	4	4	10	19	2	2	15
Тема 2. Організаційно-методичні аспекти проведення тренінгу. Конструювання програми тренінгу.	14	2	2	10	17	-	2	15
Тема 3. Різновиди тренінгів.	18	4	4	10	17	-	2	15
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	<i>50</i>	<i>10</i>	<i>10</i>	<i>30</i>	<i>53</i>	<i>2</i>	<i>6</i>	<i>45</i>
Змістовний модуль 2. Методики проведення психологічного тренінгу								
Тема 4. Особливості застосування психотренінгу з врахуванням психосоціального розвитку на різних вікових етапах.	14	2	2	10	18	-	-	18
Тема 5. Методи і методики тренінгів вмиль.	18	4	4	10	17	-	2	15
Тема 6. Техніки, які використовуються у тренінгу.	18	4	4	10	17	-	2	15
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>	<i>50</i>	<i>10</i>	<i>10</i>	<i>30</i>	<i>52</i>	<i>-</i>	<i>4</i>	<i>48</i>
Модуль 2								
Змістовний модуль 3. Особистість тренера та групова динаміка								
Тема 7. Сфера впливу в тренінгу.	18	4	4	10	15	-	-	15
Тема 8. Психологічний зміст взаємодії в тренінговій групі. Групова динаміка.	18	4	4	10	15	-	-	15
Тема 9. Стандарти тренінгової роботи та індивідуальний стиль тренера.	14	2	2	10	15	-	-	15
<i>Разом за змістовим модулем 3</i>	<i>50</i>	<i>10</i>	<i>10</i>	<i>30</i>	<i>45</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>45</i>
Усього годин на весь курс навчання	150	30	30	90	150	2	10	138

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Тема	Денна ф. к-кість год.	Заочна ф. к-кість год.
1	Сутність психологічного тренінгу та його історичні передумови.	4	2
2	Організація та структура тренінгу.	2	2
3	Види соціально-психологічних тренінгів.	4	2
4	Особливості застосування психотренінгу з врахуванням психосоціального розвитку на різних вікових етапах.	2	-
5	Методи і методики тренінгів вмінь.	4	2
6	Техніки, які використовуються у тренінгу.	4	2
7	Сфера впливу в тренінгу.	4	-
8	Психологічний зміст взаємодії в тренінговій групі. Групова динаміка.	4	-
9	Стандарти тренінгової роботи та індивідуальний стиль тренера.	2	-
Разом		30	10

6. Самостійна робота

№ з/п	Тема	Денна ф. к-кість год.	Заочна ф. к-кість год.
Змістовий модуль 1			
1.	Види тренінгових занять, види тренінгових груп.	10	15
2.	Тренінги з розвитку лідерства, самоефективності, командоутворення.	10	15
3.	Тренінгові програми для жінок.	10	15
Разом		30	45
Змістовий модуль 2			
4.	Групова робота. Переваги та протипоказання до групової роботи. Кризи розвитку групи. Деструктивна поведінка окремих учасників групи.	10	18
5.	Умови ефективної роботи ведучого. Діяльність ведучого, спрямована на окремих членів групи. Пастки для ведучого.	10	15
6.	Роль ігор у груповій роботі. Тренінгові програми з використанням ОДГ.	10	15
Разом		30	48
Змістовий модуль 3			
7.	Тренінгові програми з використанням моделювання та системного підходу.	10	15
8.	Тренінгові програми для людей з розладами.	10	15
9.	Тренінгові програми для дітей та підлітків.	10	15
Разом		30	45
Всього		90	138

7. Індивідуальні завдання

1. Скласти план психотренінгу, підібравши відповідні вправи, залежно від виду якості, яку потрібно відтренувати.
2. Творчий план авторського психотренінгу залежно від вікового періоду.

8. Методи навчання

- пояснювально-ілюстративні
- репродуктивні
- проблемні
- частково-пошукові (евристичні)
- дослідницькі
- наочні
- словесні
- практичні
- інтерактивні
- навчально-ділові ігри
- тренінги,
- розв'язування психологічних завдань та аналіз різноманітних психологічних проблемних ситуацій, які виникають при взаємодії різних психічних явищ у ході поведінки та діяльності людини, а також
- самостійне проведення психологічних досліджень та ін.

9. Методи контролю

Контрольні заходи включають у себе поточний та підсумковий контроль. Засобами поточного контролю є:

1. Усне опитування на практичних заняттях
2. Тестові завдання
3. Оцінка індивідуальних письмових завдань
4. Оцінювання індивідуальних науково-дослідних робіт
5. Оцінка виконання практичних робіт

Заходами підсумкового контролю буде проведення заліку

10. Розподіл балів, які отримують студенти

Поточне тестування та самостійна робота									Підсумковий тест (іспит)	Сума
Змістовний модуль 1			Змістовний модуль 2			Змістовний модуль 3				
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	40	100
6	6	6	7	7	7	7	7	7		
60										

T1, T2 ... T9 – теми змістових модулів.

Шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
81-89	добре	
71-80		
61-70	задовільно	
51-60		
26-49	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни



Національний університет
водного господарства
та природокористування

11. Методичне забезпечення

- опорні конспекти лекцій;
- 07-03-202 Методичні вказівки до семінарських занять та самостійного вивчення з навчальної дисципліни «Теорія і методика організації психотренінгу» для здобувачів НУВГП І (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 «Психологія» / Н.В. Оксентюк. – Рівне: НУВГП, 2019;
- навчальні посібники;
- робоча навчальна програма;
- збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень студентів;
- засоби підсумкового контролю (комп'ютерна програма тестування, комплект друкованих завдань для підсумкового контролю).

12. Рекомендована література

Базова

1. Большаков В. Ю. Психотренинг / Социодинамика, упражнения, игры. — СПб.: Социально-психологический центр, 1996.
2. Асмолов А. Г. Психология личности. — М.: Изд-во МГУ, 1990.
3. Кроль Л., Михайлова Е. Тренинг о тренинге. — М.: Класс, 2002.
4. Мілютіна К.Л. Теорія та практика психологічного тренінгу: навч. посіб. — К.: МАУП, 2004. — 192 с.
5. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. - М.: ТЦ «Сфера», 2001 - 512 с.



Національний університет
водного господарства
та природокористування

Допоміжна

1. Беседин А.Н. Липатов И. И., Тимченко А.В., Шапарь В.Б. Книга практического психолога: Часть I. - Х. РИП «Оригинал», фирма «Фортуна пресс», - 1996. — 424 с.
2. Болотова А.К. Прикладная психология: Учеб. для вузов / А.К.Болотова, И.В. Макарова. — М.: Аспект Пресс, 2001.
3. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості. - Харків, 1996.
4. Васильев Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов. - СПб: Речь, 2007. - 174 с.
5. Василькевич Х.М., Козій М.В. Урок психологічного розвантаження в школі: Методичний посібник. — Львів: ЛДУ імені Івана Франка, 1999. — 43 с.
6. Васьковская С.В. Психологическое консультирование: Ситуационные задачи / С.В. Васьковская, П.П. Горностай. — К.: Вища шк., 1996.
7. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: учебно-методическое пособие. - 2-е изд., доп. - М.: Ось-89, 2006. - 224 с. (Практическая психология).
8. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Издательство «Ось-98», 2000. - 224 с.
9. Высокинська-Гонсер Т. Поведение группового психотерапевта //Групповая психотерапия /Под ред. Б.Д. Карвасарского, С. Ледера. - М.: Медицина, 1990, - С. 160 -171.
10. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. - СПб.: Издательство «Речь», 2004, - 256 с.
11. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое обучение. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1985. — 168 с.
12. Кочюнас Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия. — 5-е изд. — М.: Академический Проект: Гаудеамус, 2005. — 464 с. — (Серия «Gaudeamus»).

13. Лабунская В.А. О структуре социально-перцептивной способности личности // Вопросы психологии межличностного познания и общения. – Краснодар, 1983. С. 63 – 71.

14. Петровская Л.А. Компетентность в общении: Социально-психологический тренинг. – М.: Изд-во МГУ, 1987. – 302 с.

15. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. 2-е изд., дополи, и перераб. - М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. - 640 с.

16. Рогов Е.И. Психология общения. – М.: ВЛАДОС, 2001.

17. Роджерс К.Р. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты. – М.: МГУ, 1984. – С. 108.

18. Рудестам К. Групповая психотерапия - СПб.: Питер Ком, 1998 - 384 с. - (Мастера психологии).

19. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие: Пер. с нем. – 6-е изд. – М.: Генезис, 2008. – 256 с.: ил.

20. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання: Навч. посіб. - К.: Вища школа, 2004.

13. Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека ім.В.І.Вернадського / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/>

2. Обласна наукова бібліотека (м.Рівне, майдан Короленка,6 / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.libr.rv.ua/>

3. Рівненська централізована бібліотечна система (м.Рівне, вул. Київська,44)/ [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.cbc.rv.ua/>

4. Наукова бібліотека НУВГП (м.Рівне, вул. Олекси Новака, 75) / [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://nuwm.edu.ua/naukova-biblioteka> (інформаційні ресурси у цифровому репозиторії)

5. Психологічний сайт. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.syntone-spb.ru/library/books/content/1068.html?current_book_page=all

6. Психологічний сайт. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osnova.com.ua/news/719->

http://osnova.com.ua/news/719-%D0%9F%D0%BE%D0%BD%D1%8F%D1%82%D1%82%D1%8F_%D1%82%D0%B0_%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B0%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE-

[-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%D1%83](http://osnova.com.ua/news/719-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE_%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3%D1%83)