

УДК 159.922.7:159.942.5]:[159.9:005.942
DOI <https://doi.org/10.32782/psych.studies/2023.4.5>

ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

Магдисюк Людмила Іванівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології та психодіагностики
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0002-5304-933X>
<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57204591564>
<https://www.researchgate.net/profile/Liudmyla-Mahdysiuk>

Замелюк Марія Іванівна,

магістр факультету психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0000-0001-6352-7908>

Димарчук Наталія Іванівна,

магістр факультету психології
Волинського національного університету імені Лесі Українки
<https://orcid.org/0009-0008-9378-070X>

Стаття присвячена теоретичному та емпіричному розгляду арт-терапії як засобу психокорекції порушень емоційних станів дітей молодшого шкільного віку. Обґрунтовано основні теоретичні підходи особливостей емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку. Досліджено ключові характеристики особливостей емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку, доведено, що цей вік є сенситивним періодом розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку.

Представлено результати емпіричного вивчення особливостей емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку, виявлено її особливості та визначені напрямки психокорекції. До психодіагностичного комплексу увійшли: методика «Малюнок сім'ї»; методика «Колірний тест відносин», Тест «Малюнок неіснуючої тварини».

Подальшого розвитку набули уявлення про особливості формування емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку. Психокорекція та її види в контексті розвитку дітей молодшого шкільного віку. Загальна характеристика і переваги арт-терапії як засобу психокорекції та її терапевтичний ефект.

Доведено, що високий рівень особової тривожності спостерігається у 66% дітей молодшого шкільного віку, що говорить про стійку схильність дітей сприймати загрозу своєму «Я» (очікування негативної оцінки або агресивної реакції, сприйняття несприятливого до себе відношення, загрози своїй самоповазі, престижу) у різних ситуаціях і реагувати на ці ситуації підвищенням тривожності, напруженістю, розгубленістю, страхом, що позначається на емоційній сфері дітей. Відомо, що передумовою виникнення тривожності, є підвищена чутливість (сензивність) емоційної сфери молодших школярів.

Отримані результати засвідчують необхідність розробки психолого-корекційної програми, метою якої є зниження рівня тривожності дітей молодшого шкільного віку засобами ігротерапії.

Ключові слова: діти молодшого шкільного віку, емоційні труднощі дитини, арт-терапія, тривожність.

Mahdysiuk Liudmyla, Zamelyuk Maria, Dymarchuk Nataliya. Psychocorrection of emotional states disorders in early school-age children using art therapy

The article is devoted to the theoretical and empirical consideration of art therapy as a means of psychocorrection of disorders of the emotional states of children of primary school age. The main theoretical approaches to the peculiarities of the emotional sphere of children of primary

school age are substantiated. The key characteristics of the features of the emotional sphere of children of primary school age were studied, it was proved that this age is a sensitive period of the development of the emotional sphere of children of primary school age

The results of an empirical study of the features of the emotional sphere of children of primary school age are presented, its features are revealed and directions for psychocorrection are determined. The psychodiagnostic complex includes: the "Family Picture" technique; the "Color test of relations" technique, the «Drawing of a non-existent animal" test.

Ideas about the peculiarities of the formation of the emotional sphere of children of primary school age gained further development. Psychocorrection and its types in the context of the development of children of primary school age. General characteristics and advantages of art therapy as a means of psychocorrection and its therapeutic effect.

It has been proven that a high level of personal anxiety is observed in 66% of children of primary school age, which indicates a persistent tendency of children to perceive a threat to their "I" (expectation of a negative evaluation or an aggressive reaction, perception of an unfavorable attitude towards themselves, a threat to their self-esteem, prestige) in various situations and react to these situations by increasing anxiety, tension, confusion, fear, which affects the emotional sphere of children. It is known that the prerequisite for the emergence of anxiety is the increased sensitivity (sensitivity) of the emotional sphere of younger schoolchildren.

The obtained results prove the need to develop a psychological correctional program, the purpose of which is to reduce the level of anxiety of children of primary school age by means of play therapy.

Key words: children of primary school age, emotional difficulties of the child, art therapy, anxiety.

Постановка проблеми. Психіка дитини надзвичайно вразлива і потребує обережного ставлення. Це пов'язано з тим, що діти тільки починають пізнавати себе і навколишній світ. І в цьому процесі діти часто зустрічаються із серйозними труднощами вдома, в школі, в спілкуванні і на самоті. Коли люди займаються творчістю, вони виражають своє сприйняття і ставлення до світу через образи, які створюють. Будь-яка творча діяльність за своєю суттю є терапевтичною, тобто є способом допомогти людині бути прийнятою суспільством і зняти накопичену напругу.

Коли дитина йде до школи, її фізичні, розумові та соціальні навички швидко розвиваються. Вона вчиться описувати переживання та більше розповідати про свої емоції. Дружба та тиск однолітків стають важливішими, коли вони переміщують свою увагу з дому на зовнішній світ.

Проводячи більше часу поза домом, дитина набуває почуття відповідальності та вчиться бути самостійною. Початок школи знайомить дітей віч-на-віч із зовнішнім світом і є важливою подією в житті. Це критичний час для того, щоб діти розвинули впевненість у всіх сферах життя, таких як налагодження стосунків, навчання в школі та спорт, а також керування своїми емоціями. Перевірка того, як у них справи, і підтримка їх на цьому

шляху може допомогти їм виховати стійкість і психічне благополуччя [3].

Слід зазначити, що науковці (Бовть О., Доценко Д., Кушнір Ю., Коваленко В., Котко Т., Синьов В., Пеньковська Н. та ін.) наголошують на тому, що вивчення проблем розвитку дітей, особливо в емоційній сфері, важливо починати ще на дошкільному етапі з метою збереження психічного та психологічного здоров'я і розвитку гармонійної особистості.

Серед усіх дилем, з якими зустрічаються батьки дитини з емоційними або поведінковими проблемами, перше питання – чи поведінка дитини настільки відрізняється, щоб потребувати всебічної оцінки професіоналами – може бути найбільш неприємним із усіх.

Сучасні дослідження (Агавелян В., Василюк Ф., Кириленко Т., Фрейд З. та ін.) показують, що саморегуляція емоцій і поведінки є одним із найсильніших показників успіху в навчанні та веде до успіху на роботі, у соціальному середовищі та в житті для всіх дітей молодшого шкільного віку.

З розвитком емоційної сфери у дитини від дошкільного до молодшого шкільного віку почуття стають більш раціональними, підпорядковуються мисленню. Але це відбувається, коли дитина засвоює норми моралі і співвідносить з ними свої вчинки.

Дитина вчиться розуміти не тільки свої почуття, але і переживання інших людей. Дитина може співпереживати, співчувати літературному герою, розігрувати, передавати в сюжетно-рольовій грі різні емоційні стани [1].

Таким чином, кількість дітей, які відчувають емоційні розбіжності, постійно зростає. Причини цих проблем різні, в залежності від сімейного становища дитини, а також біологічні умови та психологічні особливості. Емоційні відмінності, які переживає дитина викликають обмеження в її належному функціонуванні в кожній сфері життя, включаючи: освітню, однолітків і когнітивну; впливають на те, як люди сприймають себе, і обмежують участь у соціальному житті та житті однолітків; спотворюють правильне сприйняття дійсності. На даний момент існує багато різних форм терапевтичної допомоги дітям, від індивідуальної та групової терапії до системної терапії, що охоплює не лише дитину, а всю родину.

Проблема корекції особистості становить інтерес для психології (Гондарева Г., Колісник Л., Костюк А., Новак О., Савченко Ю., Санько К. та ін.), а її розробка є надзвичайно актуальною і важливою для вирішення багатьох практичних завдань, особливо тих, що пов'язані з успішною адаптацією дітей до соціуму та профілактикою неврозів. Застосування методів арт-терапії в профілактиці негативних емоційних станів дітей та молоді знайшло відображення в дослідженнях: Безпалько О., Завацька Л., Зверєва І., Харченко С. та ін. [4].

Особливо ефективною арт-терапією є в роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку, оскільки заняття мистецтвом є потужним засобом розвитку людини, як серед учнів, так і впродовж усього життя; має сильний терапевтичний ефект і тісно пов'язана з нашим організмом, впливаючи на кров'яний тиск і дихання; сприяє розвитку самооцінки, самовираження, емпатії, самосвідомості та саморегуляції, здатності керувати часом і простором; розумовому та емоційному розвитку, є чудовим інструментом для сприяння інтеграції та комунікації [5].

Незважаючи на актуальність проблеми, вона достатньо висвітлена лише на теоре-

тичному рівні і майже не досліджується на практиці, що і зумовило вибір теми нашого дослідження.

Актуальність результатів досліджуваної проблеми обумовлена останніми кардинальними змінами соціокультурної ситуації в Україні, що створили нові умови для розвитку кожної дитини як особистості з широким світоглядом, відкритої до позитивного досвіду та вільної від психологічних травм. Молодший шкільний вік – це критичний період у житті людини, під час якого активно формується особистість і відбувається духовний розвиток, що часто супроводжується психологічним та емоційним напруженням. Емоційні порушення, які гальмують пізнавальні потреби дитини, можуть стати серйозною перешкодою для гармонійного розвитку, заважати повноцінній соціалізації та бути передумовою виникнення неврозів.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному розгляді арт-терапії як засобу психокорекції порушень емоційних станів дітей молодшого шкільного віку.

Результати дослідження. Вибірку дослідження склали 20 дітей молодшого шкільного віку у віці 8-9 років (8 дівчаток, 12 хлопчиків). Для реалізації констатувального етапу необхідно було визначити показники та критерії афективної сфери, розробити опис її рівнів та рівнів афективної сфери, розробити опис її рівнів та визначити діагностичні завдання. На основі визначення поняття «емоційна сфера» та виявлених структурних компонентів було визначено показники та критерії емоційної сфери, а також розроблено характеристику рівнів її розвитку у молодших школярів.

Для виявлення рівня розвитку емоційної сфери молодших школярів було обрано такі діагностичні методики та адаптовано для даного дослідження: методика «Малюнок сім'ї»; методика «Колірний тест відносин», Тест «Малюнок неіснуючої тварини». З метою визначення значущих розбіжностей (до та після проведення психокорекційної роботи) застосовано ф – критерій Фішера.

За результатами методики «Малюнок сім'ї» (рис. 1) ми отримали такі результати: 30% – стан у родині дитиною визна-

чається як сприятлива сімейна ситуація; 55% – сім'ї, в яких виражена тривожність дітей; 15% – це сім'ї, в яких виражена конфліктність в сім'ї дітей.

Підсумовуючи результати методики «Колірний тест відносин» (рис. 2), зазначимо, що в Андрія З., Максима А., Софії Б., Христини О., Маринки К., Маргарити Л.,

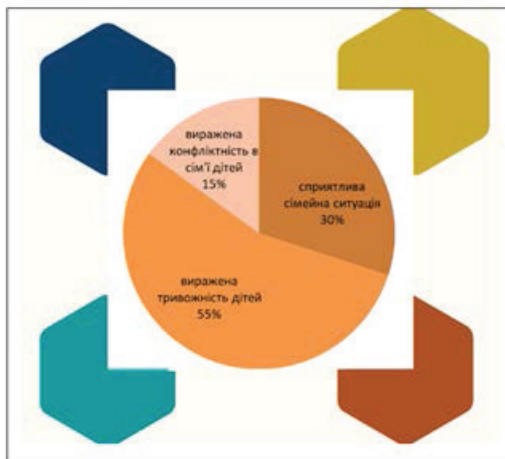


Рис. 1. Результати за методикою «Малюнок сім'ї»

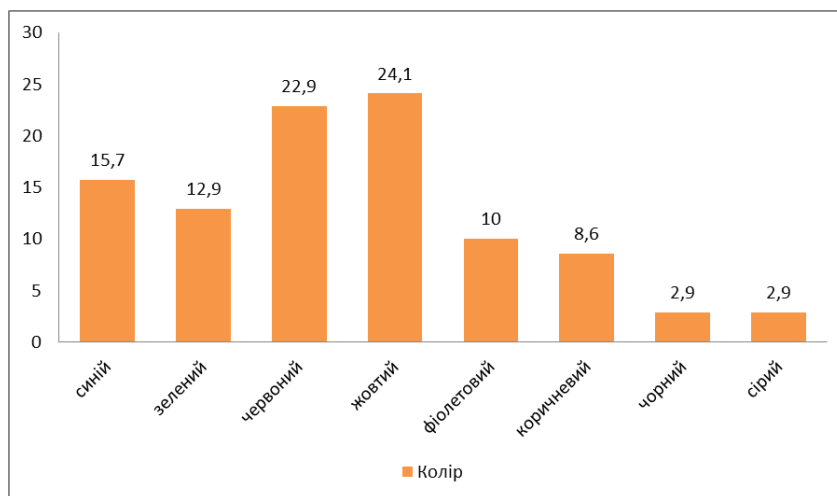


Рис. 2. Результати методики «Колірний тест відносин»

Соломії К., Каті В., Богданки М., Оленки С., Анни Г. переважають негативні емоції, тобто домінує поганий настрій та неприємні переживання.

Поганий настрій свідчить про порушення адаптаційного процесу, наявність проблем, які дитина не може подолати самостійно. Переважання поганого настрою може порушувати сам процес навчання, але свідчить про те, що дитина потребує психологічної допомоги.

Так, у дітей: Володі З., Аміни І., Юлії З., Марії К., Яни М., Ярусі К., ми помітили, що емоційний стан у нормі: діти радіють, сумують, приводів для занепокоєння немає, адаптація протікає загалом нормально.

Переважання позитивних емоцій спостерігається у Богданчика В., Катрусі З., Олі Т., діти веселі, щасливі, налаштовані оптимістично, перебувають у стані ейфорії.

Таким чином, для дітей молодшого шкільного віку кольори, що найбільше

зустрічаються у асоціаціях – синій та сірий. Тобто 25,7% респондентів бачать захист, емоційний комфорт та спокій, а 20% відчувають відстороненість від школи, відсутність розуміння власного вибору. За допомогою критерію Фішера були знайдені статистично достовірні відмінності за асоціаціями з сірим кольором (фемп = 2,15, $p \geq 0,05$).

Більшість дітей (28,6%) асоціюють школу із синім кольором, чекаючи від неї опори та захисту від зовнішнього світу. Однак, для інших (5,7%) школа асоціюється

з коричневим кольором, що може свідчити про тривожність та невпевненість в учнівській діяльності. За допомогою критерію кутового перетворення Фішера були знайдені достовірні відмінності за цим кольором між двома вибірками (фемп = 3,125, $p \geq 0,01$). Для школярів власна учнівська діяльність, асоціюються із зеленим кольором (23,9%, 28,6% і 30,4%), майбутнє та навчання для них сприймаються з позиції захисного характеру.

За результатами дослідження (рис. 3) 12 учнів мають високий рівень тривож-

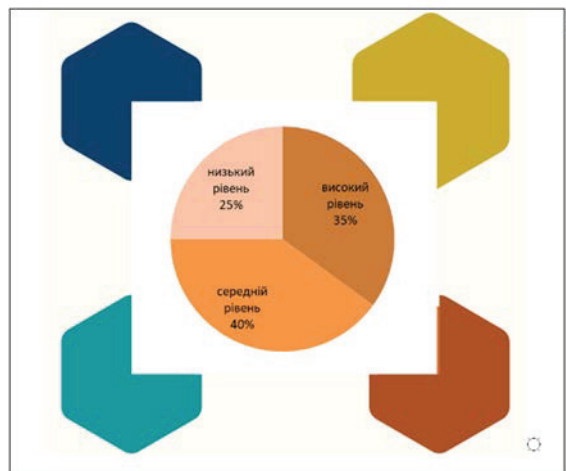


Рис. 3. Результати методики «Малюнок неіснуючої тварини»

ності, що становить 47% кількості обстежуваних; 6 дітей, що становить 22% від кількості обстежуваних, визначено оптимальний рівень тривожності; 3 дітей мають низький рівень тривожності, що становить 10% кількості обстежуваних.

Тест «Малюнок неіснуючої тварини» показав, що високий рівень тривожності мають 7 дитини, їм властива інтровертність, випадки замикання в собі, присутній емоційна лабільність, виражена невпевненість в собі, страхи, розлади сну і апетиту, у більшості малюнків дітей спостерігаються ознаки агресії, малюють тварин дуже великими, що говорить про характерний для дітей цього віку егоцентризм.

Середній рівень тривожності діагностовано у 8 дітей, їх відрізняє не настільки виражена невпевненість в собі, страхи, присутній підвищена відволікання. Низь-

кий рівень тривожності за результатами цієї методики зафіксований у 5 дітей. Їхні батьки відзначають відсутність розладів сну і апетиту, нічних страхів, бурхливих проявів полярних емоцій.

Якщо говорити про загальний рівень тривожності в класі (рис. 4), то у 66% тривожність підвищена, у 17% переважає середній рівень тривожності, у 17% – низька тривожність.

Висновки. Таким чином, проведене діагностичне дослідження, загалом, показує, що високий рівень особової тривожності спостерігається у 66% дітей молодшого шкільного віку, що говорить про стійку схильність дітей сприймати загрозу своєму «Я» (очікування негативної оцінки або агресивної реакції, сприйняття несприятливого до себе відношення, загрози своїй самоповазі, престижу) в самих різних ситуаціях і реагувати

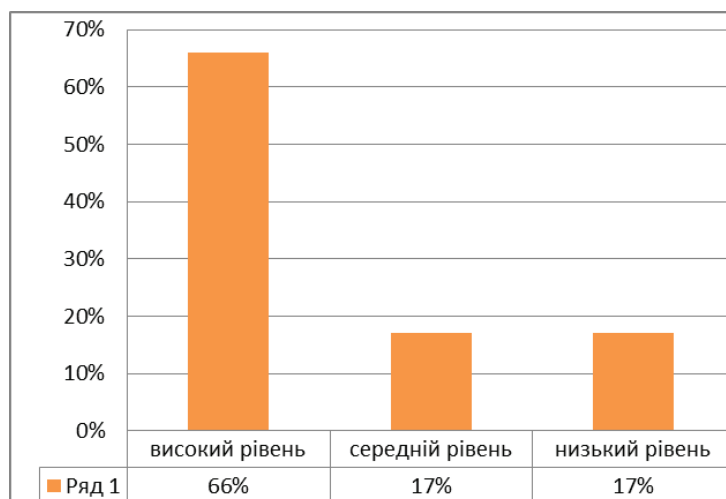


Рис. 4. Загальний рівень тривожності в класі

на ці ситуації підвищенням тривожності, напруженістю, розгубленістю, страхом, що позначається на емоційній сфері дітей. Відомо, що передумовою виникнення тривожності, є підвищена чутливість (сензитивність) емоційної сфери молодших школярів. Розвиток емоційної сфери учнів молодшого шкільного віку неможливий без використання спеціально підібраних методів і прийомів, сприяючих розвитку емоційно вольо-

вої сфери, без урахування психологічних особливостей розвитку молодших школярів і без створення умов для розвитку емоційної сфери у дітей.

Результати дослідження дозволяють рекомендувати психологам програму психологічної допомоги, спрямовану на зниження рівня тривожності дітей молодшого шкільного віку засобами ігротерапії, арт-терапії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Деркач, О. Арт-терапія на допомогу школі. *Мистецтво та освіта*. 2010. С. 25–28.
2. Дмитріюк Н. Вплив емоцій на формування та становлення особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2010. № 8. С. 261–271.
3. Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арт-терапії. *Нова педагогічна думка*. 2020. № 2(102). С. 68–71. DOI: 10.37026/2520-6427-2020-102-2-68-71.
4. Замелюк М., Магдисюк Л., Ольхова Н. Арт-терапія як засіб творчої самореалізація особистості. *Психологія: реальність і перспективи*. Рівне : РДГУ, 2018. С. 50–57.
5. Костюк А. Емоційний інтелект та шляхи його розвитку. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2014. № 2. С. 85–89.
6. Кириленко Т. Психологія: емоційна сфера особистості. Київ : Либідь, 2007. 256 с.
7. Кононко О. Емоційність як складова шкільної компетентності. *Актуальні проблеми психології*. Київ, 2001. Т. 4. С. 80–85.
8. Zamelyuk M., Mahdysiuk L. The Mastery of Art Therapy in Working with Preschool Children. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*. 2021. Vol. 7, No 2. P. 79–85.

REFERENCES:

1. Derkach, O. (2010). Art-terapiia na dopomohu shkoli [Art therapy to help the school]. *Mystetstvo ta osvita*. S. 25–28 [in Ukrainian].
2. Dmytriuk, N. (2010). Vplyv emotsii na formuvannia ta stanovlennia osobystosti [The influence of emotions on the formation and formation of personality]. *Problemy suchasnoi psykholohii*, 8. S. 261–271 [in Ukrainian].

3. Voitovska, O. (2020). Rozvytok emotsiinoho intelektu v ditei doshkilnoho y molodshoho shkilnoho viku metodamy artterapii [Development of emotional intelligence in children of preschool and primary school age by methods of art therapy]. *Nova pedahohichna dumka*, 2 (102). S. 68–71 [in Ukrainian].
4. Zameliuk, M., Mahdysiuk, L., & Olkhova, N. (2018). Art-terapiia yak zasib tvorchoi samorealizatsiia osobystosti [Art therapy as a means of creative self-realization of the individual]. *Psykhologhiia: realnist i perspektyvy*. Rivne: RDHU, S. 50–57 [in Ukrainian].
5. Kostiuk, A. (2014). Emotsiinyi intelekt ta shliakhy yoho rozvytku [Emotional intelligence and ways of its development]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*, 2, S. 85–89 [in Ukrainian].
6. Kyrylenko, T. (2007). *Psykhologhiia: emotsiina sfera osobystosti* [Psychology: emotional sphere of personality]. Kyiv: Lybid, 256 s. [in Ukrainian].
7. Kononko, O. (2001). Emotsiynist yak skladova shkilnoi kompetentnosti [Emotionality as a component of school competence]. *Aktualni problemy psykhologii*. T.4. Kyiv, S. 80–85 [in Ukrainian].
8. Zamelyuk, M., & Mahdysiuk, L. (2021). The Mastery of Art Therapy in Working with Pre-school Children. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*. Vol. 7, No 2. P. 79–85 [in Ukrainian].