СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SOCIAL ADAPTATION OF PRIMARY SCHOOLCHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS BY ART THERAPY

У статті розкриваються психологічні особливості соціальної адаптації молодших школярів з особливими освітніми потребами засобами арт-терапії. Мета статті – надати рекомендації щодо корекції емоційної сфери молодших школярів з особливими освітніми потребами за допомогою арт-терапії. Для цього використовувалися такі методики: 1) тест тривожності М. Доркі й Ф. Амена; 2) методика «Страхи в будинках» А. Захарова, М. Панфілова; 3) «Кактус» (графічна методика М. Панфілова); 4) анкета-опитувальник для батьків Є. Ізотова. Автори статті вказують, що процес соціальної адаптації дитини з особливими освітніми потребами передбачає успішне оволодіння нею рольовою поведінкою, що охоплює формування відповідних ціннісних орієнтацій, а також реалізацію різноманітних морально-етичних аспектів рольової взаємодії, що потребує, у свою чергу, високого рівня емоційно-психологічної адаптованості особистості. Тому особлива увага приділяється дослідженню рівня сформованості емоційної сфери школярів. У ході дослідження з'ясовано, що для дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами загалом характерними є тенденції до наявності страхів, переживання негативних емоційних станів. Така картина не є позитивною й потребує корекційної та адаптивної роботи з боку педагогів і психологів. Тому запропонована програма з корекції емоційної сфери молодших школярів з особливими освітніми потребами засобами арт-терапії. Для реалізації поставлених завдань використовувалися такі елементи арт-терапії: 1) малюнкова терапія (власне арт-терапія); 2) музикотерапія; 3) танцювальна терапія. З метою виявлення ефективності програми, спрямованої на корекцію емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку за допомогою арт-терапії після проведення формувальних впливів, проведено контрольний експеримент. Його мета полягала в тому, щоб простежити можливості програми з корекції емоційної сфери в молодших школярів за допомогою арт-терапії. Виконане дослідження продемонструвало ефективність психологічної допомоги, спрямованої на корекцію емоційної сфери в дітей молодшого шкільного віку за допомогою арт-терапії.

Ключові слова: соціальна адаптація, молодші школярі з особливими освітніми потребами, арт-терапія.

The article reveals the psychological features of social adaptation of primary schoolchildren with special educational needs by means of art therapy. The purpose of the article: to provide recommendations for the correction of the emotional sphere of primary school children with special educational needs through art therapy. The following techniques were used for this purpose: 1) anxiety test of M. Dorki and F. Amen; 2) method "Fears in the houses" by A. Zakharov, M. Panfilov; 3) "Cactus" (graphic technique of M. Panfilov); 4) questionnaire for parents by E. Izotova. The authors of the article point out that the process of social adaptation of a child with special educational needs involves the successful mastery of role behavior, which includes the formation of appropriate values, as well as the implementation of various moral and ethical aspects of role interaction, which requires, in turn, high level of emotional and psychological adaptation of the individual. Therefore, special attention is paid to the study of the level of formation of the emotional sphere of schoolchildren. The study found that in general for primary school children with special educational needs arising characteristic tendency of presence the fears, experiencing negative emotional states. This picture is not positive and requires corrective and adaptive work by teachers and psychologists. Therefore, it was proposed the program of correction the emotional sphere of primary school children with special educational needs through art therapy. The following elements of art therapy were used to implement the tasks: 1) drawing therapy (actually art therapy); 2) music therapy; 3) dance therapy. In order to identify the effectiveness of the program aimed at correcting the emotional sphere of primary school children through art therapy after the formative effects, a control experiment was conducted. Its purpose was to trace the possibilities of the program for the correction of the emotional sphere in primary schoolchildren using art therapy. This study demonstrated the effectiveness of psychological help which aimed at correcting the emotional sphere of children of primary school age through art therapy.

Key words: social adaptation, primary schoolchildren with special educational needs, art therapy.

УДК 159.9.922
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.15.15>

Бочелюк В.Й.

д.психол.н., професор,
завідувач кафедри психології
Національний університет
«Запорізька політехніка»

Панов М.С.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри спеціальної педагогіки
та спеціальної психології
КЗВО «Хортицька національна
навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради

Постановка проблеми. Сучасний український освітній простір перебуває в постійному пошуку нових форм індивідуалізації та гуманізації освітнього процесу. Питання соціальної адаптації молодших школярів з особливими освітніми потребами є предметом широкої уваги науковців, які намагалися дослідити його з різних наукових позицій, ураховуючи багатоаспектну складність зазначеного психологічного феномена. На сучасному етапі розвитку корекційної освіти в Україні гостро порушується питання всебічного гармонійного розвитку дітей з особливими освітніми потребами з метою їх подальшої успішної соціалізації. У зв'язку з цим необхідним є створення сприятливих умов для особистісного становлення таких дітей. Саме тому значна увага українських науковців і практиків сучасності звертається до передового досвіду використання арт-терапії як особливої технології, котра забезпечує індивідуальний підхід до кожної дитини з особливими потребами, яка потребує специфічних засобів і методів сприяння її розвитку й формуванню її особистості, діагностику, корекцію та формування ціннісного ставлення до себе й оточуючого її світу.

Процес соціальної адаптації дитини з особливими освітніми потребами передбачає успішне оволодіння нею рольовою поведінкою, що охоплює в собі формування відповідних ціннісних орієнтацій, а також реалізацію різноманітних морально-етичних аспектів рольової взаємодії, що потребує, у свою чергу, високого рівня емоційно-психологічної адаптованості особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз результатів психолого-педагогічних досліджень І. Омельченко (2007), К. Реброва (2012) показав, що цей метод сприяє підвищенню самооцінки, учить розслаблятися й позбавлятися негативних емоцій, зокрема дуже ефективний для корекції емоційних порушень у дітей з особливими освітніми потребами. Так, Ю. Степура (2016), А. Хіля (2016) відзначають, що стан внутрішнього «Я» дитини відбивається в продуктах її творчості, позбавляючи від надмірного напруження, внутрішнього конфлікту. Малюючи, виліплюючи, танцюючи, дитина отримує можливість не тільки зменшити зайве збудження, тривожність, агресивність, недовіру до навколишнього світу, а й набути впевненості в собі й успіху, а також пов'язані з ним позитивні переживання та зразки поведінки. Фахівці О. Вознесенська (2015), І. Олійник (2013) підкреслюють роль арт-терапевтичного процесу в підвищенні адаптаційних можливостей особливої дитини. Тому корекційні можливості арт-терапії щодо молодших школярів з особливими освітніми потребами мають величезний потенціал.

Отже, виникає протиріччя між необхідністю корекції емоційної сфери в молодшому шкільному віці за допомогою арт-терапії та недостатньою розробленістю науково-практичних рекомендацій у цьому напрямі.

Постановка завдання. Мета статті – надати рекомендації щодо корекції емоційної сфери молодших школярів з особливими освітніми потребами за допомогою арт-терапії. Для цього використовувалися такі методики: 1) тест тривожності М. Доркі й Ф. Амена; 2) методика «Страхи в будиночках» А. Захарова, М. Панфілова; 3) «Кактус» (графічна методика М. Панфілова); 4) анкета-опитувальник для батьків Є. Ізотова.

Виклад основного матеріалу дослідження. Тест тривожності М. Доркі й Ф. Амена дав змогу визначити рівень тривожності й особливості емоційного досвіду дитини з особливими освітніми потребами в різних ситуаціях (рис. 1).

Більшість дітей має середній рівень тривожності (56%), для нього характерно постійна наявність якогось турбуючого фактору, якому дитина змушена протистояти. Дія цього фактору поки обмежена й ще не визначає загального самопочуття дитини. Але все частіше їй доводиться відчувати напруження в тих ситуаціях взаємодії, у яких раніше вона добре себе почувала.

Меншою мірою представлений високий рівень тривожності (38%), для нього характерна виражена емоційна властивість особистості, що призводить до частих проявів стану тривоги (занепокоєння) у найбільш різних життєвих ситуаціях, у тому числі й таких, які до цього не привертають. Висока тривожність проявляється в тенденції оцінювати явища, предмети, події, об'єктивно не небезпечні, як загрозливі, з подальшим переживанням стану тривоги. Тривожні діти бояться труднощів, відчують себе невпевнено в групі.

Найменшою мірою представлений низький рівень тривожності (6%), причин для занепокоєння немає. Невизначені ситуації сприймаються дитиною в позитивному ключі й не містять емоційно-дестабілізуючого чинника.

Методика «Страхи в будиночках» А. Захарова, М. Панфілова дає змогу виявити кількість страхів у дітей з особливими освітніми потребами й визначити їх характер. Результати методики представлено в рис. 2.

У більшості (75%) молодших школярів кількість страхів перевищує норму. Велика кількість наявних страхів у дітей у середньому 18 у дівчаток і 16 у хлопчиків, невідповідна віковому рівню, поєднується з проявом боягузтва й невпевненості в собі.

У меншій кількості молодших школярів (25%) відповідає віковій нормі, тобто наявний у кількості 6 у хлопчиків і 8 у дівчаток.

Отже, у більшості молодших школярів з особливими освітніми потребами кількість страхів перевищує норму й свідчить про патологічні порушення.

Графічна методика «Кактус» М. Панфілова дала змогу вивчити стан емоційної сфери дитини, виявити наявність агресії, її спрямованості й інтенсивності (рис. 3).

Усі малюнки дітей згруповані за характерними ознаками:

1) до першої групи ввійшли малюнки дітей (55%), які демонструють агресію на тлі демонстративної поведінки, у них простежуються

такі ознаки: великий малюнок, розташований у центрі листа, наявність голок, особливо їх велика кількість, сильно стирчать, довгі, близько розташовані один до одного, сильний натиск олівця, уривчасті лінії, переважання внутрішньої штрихування;

2) до другої групи – малюнки (30%), що демонструють агресивність на тлі невпевненості в собі й відображають маленький малюнок, розташований унизу листа, розташування зигзагів – по контуру або всередині кактуса, велика кількість голок сильно стирчить і близько розташована одна до однієї, пере-

Рис. 1. Рівень тривожності молодших школярів з особливими освітніми потребами

Рис. 2. Результати діагностики дитячих страхів молодших школярів з особливими освітніми потребами за методикою «Страхи в будиночках»

Рис. 3. Результати діагностики стану емоційної сфери молодших школярів з особливими освітніми потребами за методикою «Кактус»

важання внутрішнього штрихування, переривчасті лінії;

3) до третьої групи – найбільш незначної групи, увійшли малюнки (15%), відповідні нормі прояву агресії як захисного механізму психіки.

Отже, більшість малюнків дітей з особливими освітніми потребами демонструє наявність агресії як несприятливого варіанта розвитку особистості дитини, що відображають підвищену емоційну напруженість дитини, яка призводить до деструктивної агресивної поведінки, формування негативного ставлення молодшого школяра з особливими освітніми потребами до навколишньої дійсності.

Для підтвердження результатів дослідження проведена анкета-опитувальник для батьків Є. Ізотова, яка призначена для виявлення уявлень батьків про особливості емоційного розвитку своєї дитини.

Але при цьому, за оцінкою батьків, 80% дітей частіше згадують радісні події свого життя, а 20% батьків не можуть сказати, які події частіше згадують їхні діти. Під емоційним досвідом дитини розуміється емоційне проживання конкретної події або ситуації різного модального змісту. У 50% дітей виявилися події, що викликали негативні емоційні реакції на високому порозі реагування (істерика, звинувачення оточуючих, емоційне збудження).

Під фактором емоційної напруженості розуміється прояв у повсякденній поведінці симптомів емоційної збудливості, емоційної загальмованості або ситуативної реактивності як негативних показників емоційного розвитку дитини. У 40% дітей спостерігається емо-

ційна збудливість, яка проявляється в необґрунтованих і тривалих ейфорійних настроях, що часто супроводжуються високою руховою активністю, яка переходить у нав'язливі рухові комплекси. Емоційна загальмованість проявляється в 45% дітей і виражається в частковій відсутності емоційних реакцій, відмові від мовного спілкування за відсутності органічних ушкоджень мовного апарату, а також деформується в приховану агресію. У 15% дітей спостерігається ситуативна реактивність, що виявляється в яскравому короточасному емоційному реагуванні дитини на ситуації, пов'язані з негативним переживанням.

Знання й уявлення про відчуття, емоції становлять важливу частину загального когнітивного розвитку дитини. У нормі вона повинна цікавитися змістом і проявом різних емоційних станів. Своєчасний емоційний розвиток має на увазі наявність у дитини уявлення про основні емоційні модальності, які вона пізнає за прикладом найближчих дорослих. За результатами діагностики вийшло, що жоден із батьків не розповідає своїй дитині про почуття й емоції, тільки по ситуації інформацію отримують 75% дітей, а 25% – якщо самі запитують у батьків.

Під емоційним полем розуміється комплекс особливостей емоційного реагування дитини під час взаємодії з навколишньою дійсністю, людьми, батьками. При цьому тільки 50% батьків уважають своїх дітей емоційними, інші або не знають, або не змогли відповісти.

Емоційний стиль дитини визначається на основі переважаючих емоційних станів, їх знаку й модальності. Знак емоційних станів

диференціює емоційний фон дитини. Результати діагностики показують, що 50% дітей мають позитивний емоційний фон, характеризуються досить стабільним і конструктивним прийняттям себе та навколишньої дійсності. Негативний емоційний фон – у 50% дітей, вони деконструктивно ставляться до себе або навколишнього середовища.

Під експресивністю розуміється мімічна виразність дитини під час емоційного реагування. 75% батьків вважають, що можна за обличчям їхньої дитини здогадатися про її почуття, а 25% – іноді здогадуються. Але при цьому 100% батьків вважають, що обличчя їхніх дітей виразні.

Підводячи підсумки отриманих даних, можна зробити висновок, що ступінь участі батьків в емоційному розвитку дитини знаходиться на середньому рівні. Батьки не завжди звертають увагу на розвиток емоційних станів своїх дітей, а точніше, не надають цьому факту належного значення.

Отже, для дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами загалом характерними є тенденції до наявності страхів, переживання негативних емоційних станів. Така картина не є позитивною та потребує корекційної й адаптивної роботи з боку педагогів і психологів.

Експеримент спрямовано на перевірку гіпотези дослідження, що корекційна програма з корекції емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами за допомогою арт-терапії дасть змогу нівелювати негативні емоційні стани в дітей.

У зв'язку з цим визначено такі основні цілі, завдання, принципи, умови й напрями роботи із цією категорією дітей.

Поставлено такі основні завдання:

1. Надання допомоги в подоланні негативних переживань.
2. Зниження тривожності, емоційного напруження, розвиток здатності розуміти емоційний стан іншої людини й уміння висловити своє.
3. Допомога в знятті страхів.
4. Створення умов для дитини в подоланні недоліків агресивної поведінки.
5. Пом'якшення агресивних проявів, навчання прийомів саморегуляції.

В основу корекційно-розвивальної програми покладено такі основоположні принципи:

1. Принцип єдності діагностики й корекції був одним із основоположних під час складання корекційно-розвивальної програми. Корекційно-розвивальна робота з молодшими школярами з особливими освітніми потребами здійснювалася на основі проведеної діагностики їхньої емоційної сфери.

2. Принцип обліку вікових, психологічних та індивідуальних особливостей дитини погодить вимоги відповідності ходу психічного

й особистісного розвитку дитини з нормотиповим розвитком, з одного боку, і визнання безперечного факту унікальності й неповторності конкретного шляху розвитку особистості – з іншого. Облік індивідуальних психологічних особливостей особистості дає змогу намітити в межах вікової норми програму оптимізації розвитку для кожної конкретної дитини з її індивідуальністю, стверджуючи право особистості на вибір свого самостійного шляху.

3. Принцип системності корекційних, профілактичних і розвивальних завдань задає необхідність їх визначення в будь-якій корекційній програмі. Системність завдань відображає взаємопов'язаність розвитку різних сторін особистості дитини та нерівномірність їх розвитку.

4. Принцип комплексності методів психологічного впливу, будучи одним із найбільш прозорих та очевидних принципів побудови корекційно-розвивальних програм, стверджує необхідність використання всього різноманіття методів, технік і прийомів з арсеналу практичної психології.

5. Принцип заохочення (і прояв цього психологічного заохочення) досягнень дитини в плані набуття творчої самостійності й продуктивності.

6. Принцип символічного відреагування дитячих страхів, агресивності, тривожності й перетворення їх в об'єкт творчого опрацювання. Графічне зображення страху не підсилює його, а, навпаки, знижує напруження від тривожного очікування його реалізації. У малюнку страх уже багато в чому реалізований, як щось минуле, фактично те, що трапилося. Тим самим залишається менше недоговореного, неясного, невизначеного й усе разом це сприяє втраті ефективно-травматичного звучання страхів у психіці дитини.

Для реалізації поставлених завдань використовувалися такі елементи арт-терапії: 1) малюнкова терапія (власне арт-терапія); 2) музикотерапія; 3) танцювальна терапія.

Зупинимося на короткій характеристиці видів арт-терапії, які використовувалися в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами:

Малюнкова терапія – вид арт-терапії, побудованої на використанні образотворчої діяльності. Застосування проектного малюнка як форми арт-корекції матеріалізує й конкретизує переживання дітей, сприяє розумінню їх причин, переосмисленню та, у кінцевому підсумку, вивільненню від них. Така форма роботи допомагає перемикає дітей з вербального рівня осмислення своїх проблем на невербальний рівень.

Музикотерапія – контрольоване використання музики в реабілітації дітей і дорослих.

Танцювальна терапія бере свій початок у творчому танці. У сучасному суспільстві тан-

Таблиця 1

Структура програми з корекції емоційної сфери молодших школярів з особливими освітніми потребами засобами арт-терапії

Блок	Завдання	Методи та прийоми корекції емоційної сфери
Установчий (1 заняття)	- установлення дружньої атмосфери серед школярів; - спонукання до співробітництва з психологом; - створення умов, за яких дитина буде вмотивована для корекційної роботи.	Елементи малюнкової терапії. Малювання на тему «Автопортрет», «Моє ім'я».
Корекційний (12 занять)	- зниження емоційного напруження; - корекція рівня тривожності; - зняття страхів і тривоги.	Елементи: малюнкова терапія, музикотерапія, танцювальна терапія. Малювання на тему «Я люблю це більш за все», виготовлення аплікації «Ромашка», танцювальний етюд «Подаруй рух», гра «Знайди радість», малювання на тему «Намалюй свій страх».
Контрольний (1 заняття)	Виявлення змін у рівні емоційного стану, кількості активних страхів, тривожності.	Проведення повторного діагностичного дослідження.

цювальні рухи використовуються для вираження емоцій. Використання в терапії танцю дає змогу спонтанно вивільнити почуття суб'єкта.

Примірна структура програми корекційно-адаптивної роботи з молодшими школярами з особливими освітніми потребами представлена в таблиці 1.

Пропонуємо зміст програми.

Заняття № 1 «Знайомство». Привітання учасників заняття

Кожен учасник називає своє ім'я й супроводжує це придуманим жестом, інша група повторює ім'я вголос і жест.

Гра «Моє ім'я». Мета – ідентифікація себе зі своїм ім'ям, формування позитивного ставлення дитини до свого «Я».

Дитина називає своє ім'я і якість, на першу букву імені, а всі інші називають його ім'я ласкаво.

Обговорення: Що тобі сподобалося? Що тобі не сподобалося?

Гра «Дізнайся по голосу». Мета – розвиток уваги, вміння пізнавати один одного по голосу, створення позитивного емоційного фону. Діти стають у коло, вибирають ведучого. Він стає в центр кола й намагається дізнатися дітей по голосу.

Малювання на тему «Автопортрет».

Розслаблення – казка № 1.

Заняття № 2 «Я»

Привітання – звернення на ім'я та питання: «Який у тебе сьогодні настрій?»

Бесіда. Мета – розкриття свого «Я», розгадування характерів з опорою на художнє зображення. Діти розкладають свої автопортрети, виконані на минулому занятті. Ведучий пропонує дітям сказати що-небудь хороше про кожного із малюнків. Якщо діти відчувають труднощі або висловлюють негативну оцінку, ведучий допомагає виправити становище.

Гра «Прогулянка».

Мета – рухова й емоційна розминка.

Ведучий: Літній день. Діти гуляють. Пішов дощ. Діти біжать додому. Прибігли вони вчасно, почалася гроза. Гроза пройшла швидко, перестав іти дощ. Діти знову вийшли на вулицю й почали бігати по калюжах. У грі використовується різна музика (швидка, повільна).

Малювання на тему «Я люблю найбільше...» (вода, фарби, пензлі, аркуші паперу).

Гра «Візьми і передай». Мета – досягнення взаєморозуміння і згуртованості, уміння передавати позитивний емоційний стан. Діти стають у коло, беруться за руки, дивляться один одному в очі й мімікою передають радісний настрій, добру посмішку.

Домашнє завдання: розпитати батьків про своє ім'я.

Розставання.

Заняття № 3 «Моє ім'я»

Гра-розминка: «Привіт, друже...»

Усі встають у 2 кола, зовнішній і внутрішній, утворюючи пари. Потім ведучий розучує слова й дії з групою:

Привіт, друже (тиснуть один одному руки).

Як ти тут (плескають по плечу один одного)?

Де ти був (розтирають мочку вуха)?

Я нудьгував (складають руки хрестом на грудях) ...

Ти прийшов (розкривають руки)!

Добре (обіймаються)!

Бесіда про імена. Ведучий розмовляє з дітьми на тему домашнього завдання про «історії» їхніх імен. Психолог каже, що для кожної людини його ім'я – найважливіший і солодкий звук на Землі, який звучить як найкраща у світі музика. Тому кожен раз, починаючи заняття, ми вітаємо один одного по імені. Але ім'я можна не просто проспівати, а проспівати на різні лади, наприклад, тихо, як капає дощик,

як стукає барабан, як звучить відлуння в горах. Давайте це зробимо.

Виготовлення аплікації «Ромашка «Я»». Мета – актуалізація особистісних якостей, формування адекватного ставлення до себе. Склеюється ромашка, на одній стороні пелюсток пишуться якості особистості дитини, на другій стороні пелюсток – які якості дитина хотіла б мати, у центрі – що потрібно зробити для цього.

Танцювальний етюд «Подаруй рух». Мета – зміцнення емоційних контактів, взаєморозуміння й довіри. Учасники стають у коло. Звучить весела музика. Ведучий починає танець, виконуючи якісь однотипні рухи протягом 15–20 с. Решта повторюють ці рухи. Потім кивком голови ведучий дає знак комусь із дітей продовжити рух у такт музиці, той, у свою чергу, передає це право наступному – і так по колу.

Розставання – встають у коло й бажають усім приємного дня.

Малювання на тему «Мій настрій» (мокрый лист і фарби). Вправа «Тренуємо емоції» Мета – розвиток умінь відчувати настрій і співпереживати оточуючим.

Ведучий пропонує дітям:

а) насупитися, як осіння хмара, розсерджена людина;

б) позлитися, як зла чарівниця, два барани на мосту, голодний вовк, дитина, у якої відібрали м'яч;

в) злякатися, як заєць, що побачив вовка, пташеня, що впало з гнізда, кошеня, на якого гавкає зла собака;

г) посміхнутися, як кіт на сонечку, саме сонце, хитра лисиця, ніби ти побачив диво.

Розставання – гра «Передай посмішку іншому».

Заняття № 5 «Настрій»

Привітання – звернення на ім'я та питання: «Який у тебе сьогодні настрій?» (1 коло), «На що схожий твій настрій?» (2 коло). Мета – емоційне усвідомлення свого самопочуття, розвиток симпатії. Учасники гри по колу за допомогою порівняння говорять, на яку пору року, природне явище, погоду схожий їхній настрій. Починає гру ведучий: «Мій настрій схожий на білу пухнасту хмаринку в спокійному блакитному небі. А твій? Ведучий узагальнює – який же сьогодні в усієї групи настрій: сумний, веселий, смішний, злий тощо.

Гра «Знайди радість». Мета – формування оптимального емоційного тону, відкритості зовнішніх вражень, розвиток допитливості, нівелювання тривожності. Психолог просить дітей назвати по черзі всі речі, події, явища, які приносять їм радість. Пропонує завести книгу-зошит із такими главами: якості, які подобаються в людях; справи, які вдається робити добре; речі, які люблю; улюблені книги, фільми, мультфільми; улюблені місця; приємні сни; наші мрії.

Заняття № 6 «Наші страхи»

Привітання – звернення на ім'я та питання: «Який у тебе сьогодні настрій?»

Вправа «Розкажи свої страхи». Мета – виявлення реальних страхів дітей, розвиток умінь говорити про свої негативні переживання відкрито в колі однолітків, формування соціальної довіри. Починає розповідати про свої страхи дорослий: «Коли я був таким маленьким, як ви, то ...» Потім ставить запитання: «А у вас таке бувало?», «А хто ще боїться чогось, розкажіть!» Діти за бажанням розповідають про ситуації, коли їм було страшно. Ведучий кожного разу просить підняти руки тих, у кого було щось схоже. (Ведучий повинен стежити, щоб сюжети оповідань не повторювалися, обговорити усі можливі дитячі страхи: темряви, самотності, смерті, чужих людей, тварин, злих казкових героїв тощо).

Малювання на тему «Намалюй свій страх». Мета – зняття страхів, усвідомлення своїх страхів. Звучить тиха музика. Потім ведучий просить дітей за бажанням розповісти: що страшне він зобразив, пропонує залишити малюнки зі страхами в кабінеті в психолога на ніч, а вдома подумати й на наступному занятті розповісти: з'явився страх знову, як можна з ним упоратися.

Комплекс «Музична мозаїка». Мета – ауторелаксація, розвиток умінь рухатися в такт з музичними фрагментами різних темпів. Звучить плавна музика, під цю музику рухи дітей м'які, текучі, переходять одне в інше; під імпульсивну – різкі, сильні, чіткі; під ліричну – тонкі, витончені, ніжні; під спокійну тиху музику – стоять без руху і «слухають» своє тіло.

Розставання.

Заняття № 7 «Я більше не боюся»

Бесіда про страхи. Мета – зменшення тривожності; розвиток упевненості в собі. Ведучий просить дітей відповісти на питання: «Чи всі страхи погані? Боятися – це погано чи добре? А чи буває страх «хорошим»? Наприклад, якщо мама боїться за тебе – це погано? Чи бувають корисні страхи? Як ви думаєте, хто більше боїться – діти або дорослі?»

Далі розглядає з дітьми малюнки, зроблені на минулому занятті, які попередньо розвішані на стіні кабінету, і питає: хто який страх зобразив? Як побороти його? А може, його можна пожаліти? Адже він став маленьким, якщо поміщається на альбомному аркуші?

Малювання на тему «Я тебе більше не боюся!». Мета – допомога в подоланні негативних переживань. Після того, як прозвучали пропозиції, як можна побороти свій страх, психолог пропонує намалювати картину на цю тему. Він роздає дітям малюнки з їхніми страхами й чисті листочки паперу, щоб у кожного був вибір: на чому малювати (на старому малюнку або зобразити страх знову, і спосіб позбав-

лення від нього: зафарбувати, намалювати лицаря тощо) або просто порвати малюнок зі страхом і викинути його й так його позбутися.

Гра «Передай по колу». Мета – досягти взаєморозуміння, згуртованості. Діти стають у коло, на ходу передають (пантоміма) гарячу картоплю, крижинка, метелика, квіточку, пушинку тощо.

Вправа «Передай емоції».

Розставання. Казка № 3.

Заняття № 8 «Сміливі хлопці»

Привітання.

Етюд «Сміливі хлопці» Мета – подолання негативних переживань, виховання впевненості в собі. Діти вибирають ведучого – він страшний дракон. Дитина стає на стілець і каже грізним голосом: «Бійтеся мене, бійтеся!» Діти відповідають: «Не боїмося ми тебе!» Так повторюється 2–3 рази. Від слів дітей дракон поступово зменшується (дитина зістрибує зі стільця), перетворюється в маленького горобчика. Починає співати, літати по кімнаті.

Комплекс «Налісовий галявині». Мета – зняття емоційного напруження, м'язових затискачів, ауторелаксація. Ведучий пропонує дітям уявити, що вони потрапили на залиту сонцем галявину. На ній з усіх боків збіглися і злетілися лісові жителі – всілякі комашки. Звучить ритмічна, завзята музика. Коники високо підстрибують, згинають лапки, брикаються, весело скачуть по галявині. Метелики пурхають з квітки на квітку. Жучки дзижчать і перелітають із травинки на травинку. Гусениці повзають між стебел. Завзяті мурашки-непосиди снують туди-сюди.

Гра «Тінь». Мета – розвиток спостережливості, пам'яті, внутрішньої свободи й розкутості. Звучить фонограма спокійної музики. Діти розбиваються на пари. Одна дитина – «подорожній», інший – його «тінь». Останній намагається точно скопіювати рухи «подорожнього», який ходить по приміщенню й робить різні рухи, несподівані повороти, присідання, нахylaється зірвати квітку, підібрати гарний камінець, киває головою, скаче на одній ніжці тощо.

Заняття № 9. «Ласка»

Розминка. Вправа на розвиток мімічних рухів: підняти брови, опустити брови, нахмурити брови, зрушити й надуті губи, опустити куточки губ, посміхнутися, відкопирити губи, наморщити ніс тощо. Бажано, щоб діти виконали вправу перед великим дзеркалом.

Міні-конкурс «Назви і покажи». Мета – визначення й передача емоційних станів, виражених за допомогою міміки. Діти сидять у колі. Ведучий говорить: «Коли я сумую, я такий». Показує мімікою свій стан. Потім продовжують діти по колу, кожен раз зображуючи відмінний від уже названих емоційний стан. Коли черга доходить знову до ведучого, він пропонує ускладнити вправу: один показує – усі вгадують, який емоційний стан вони побачили.

Етюд «Страшний звір». Мета – корекція поведінки за допомогою рольових ігор.

Діти, які отримали ролі кішки, дурного й хороброго хлопчиків, діють згідно з текстом. (Модифікація гри: підключаються всі діти – усі разом зображують персонажів вірша).

Малювання за наведеним етюдом. Мета – розвиток умінь передавати емоційні стани через художній образ. Коли діти закінчили малювати, ведучий пропонує їм вибрати найвдаліший малюнок або розповісти, чим їм сподобався саме цей малюнок.

Етюд «Ласка». Мета – розвиток умінь висловлювати почуття радості, задоволення. Звучить музика А. Холмінова «Ласкаве кошеня». Діти розбиваються на пари: один – кошеня, другий – його господар. Хлопчик із посмішкою гладить і притискає до себе пухнасте кошеня. Кошеня прикриває очі від задоволення, муркоче й висловлює прихильність до господаря тим, що третєся головою об його руки.

Розставання.

Заняття № 10 «Загальна історія»

Складаємо «Загальну історію». Цілі – допомогти дітям висловити свою індивідуальність; учити висловлювати свої думки; навчити адекватних способів взаємодії – взаєморозуміння; розвивати вміння спокійно вислухати співрозмовника. Діти вибирають основну тему казки. Потім вони сідають у коло й по черзі, тримаючи в руках «чарівну паличку», починають складати. Перша дитина говорить перше речення, друга продовжує тощо. У кінці проводиться обговорення, чи сподобалася дітям ця історія, що вони відчували, кажучи по колу; що вони робили, якщо хотілося поправити іншу дитину, тощо.

Інсценування «Загальна історія». Цілі – корекція поведінки; зняття емоційного напруження; робота над виразністю рухів; згуртування дитячої групи.

Колективний малюнок за складеною «Загальною історією». Мета – розвиток відчуття свободи і творчої активності, умінь дивуватися, фантазувати, діяти спільно. Ведучий готує лист мокрого паперу (можна використовувати рулон шпалери). На цьому аркуші кожен учасник малює деталь сюжету придуманої й розіграної історії, потім діти відповідають на питання, що вони відчували в процесі колективного малювання. Що найбільше запам'яталося? Що викликало велику радість?

Гра «Голка і нитка». Мета – розвиток довільності, комунікативних та організаторських здібностей. Діти вибирають ведучого. Під веселу музику він грає роль голки, інші діти – роль нитки. «Голка» бігає по кімнаті, «петляє», а «нитка» (група дітей один за одним) – за нею. (Роль голки потрібно доручати сором'язливим, затиснутим, замкнутим дітям.)

Розставання. Діти стоять у колі, міцно взявшись за руки, і мовчки, поглядом висловлюють свою вдячність за спільну роботу.

Заняття № 11. «Стежка»

Привітання.

«Гра «Стежка». Мета – активізація уяви й супроводжуючих її позитивних емоцій, формування особистості й розвиток оптимістичного емоційного фону.

Усі діти шикуються в потилицю і йдуть змійкою по уявній стежці. За командою дорослого вони переходять уявні перешкоди.

«Спокійно йдемо по стежці ... Навколо кущі, дерева, зелена травичка ...

Птахи співають ... Шелестять листя ... Раптом на стежці з'явилися калюжі ...

Одна ... друга ... третя ... Знову спокійно йдемо по стежці ... Перед нами струмок. Через нього перекинуто місток з перилами. Переходимо по містку, тримаючись за поручні ... Спокійно йдемо по стежці ... Стежка пішла через болото. З'явилися купини. Стрибаємо з купини на купину. Один два три...

Чотири ... Перейшли болото, знову йдемо спокійно. Перед нами яр. Через нього перекинуто колоду. Переходимо яр по колоді ... Обережно, йдемо! .. Ух! Нарешті перейшли ... Йдемо спокійно! .. Що це? Стежка раптом стала липкою від мокрої розкислої глини. Ноги так і прилипають до неї ... Ледве-ледве віддираємо ноги від землі ... А тепер через стежку впало дерево. Та яке величезне! Гілки в різні боки! .. Перелазить через дерево, що впало ... Ось і прийшли! Молодці!»

Заняття № 12. «Зустріч з другом»

Привітання.

Етюд «Зустріч з другом» Мета – передача за допомогою виразних рухів внутрішнього стану героїв. Ведучий говорить: «У хлопчика був друг. Улітку вони розлучилися. Хлопчик залишився в місті, а його друг поїхав з батьками на південь. Нудно в місті без друга. Минув місяць. Одного разу йде хлопчик по вулиці й раптом бачить, як на зупинці з автобуса виходить його товариш. Як же зраділи вони один одному!» Діти з допомогою обіймів і посмішки показують радість від зустрічі з одним.

Етюд «Двоє друзів». Мета – зіставлення різних рис характеру; розвиток здатності розуміти емоційний стан іншої людини й адекватно висловити своє; корекція сфери дитини.

Колаж «Мої друзі». Мета – з'ясування стосунків дітей усередині групи; допомога при усвідомленні себе й рис свого характеру. Ведучий пропонує зробити колаж групи. Після виконання завдання діти обговорюють малюнки та відповідають на питання: хто тут намальований? Чому намальовані саме ці діти? Чому вони намальовані саме в такому вигляді?

З метою виявлення ефективності програми, спрямованої на корекцію емоційної сфери дітей

молодшого шкільного віку за допомогою арт-терапії після проведення формувальних впливів, ми провели контрольний експеримент. Його мета полягала в тому, щоб простежити можливість програми з корекції емоційної сфери в молодших школярів за допомогою арт-терапії.

На етапі контрольного зрізу використовувалися ті самі методики, що й на етапі констатувального експерименту. Контрольний зріз показав значні зміни в емоційній сфері молодших школярів:

1. За результатами тесту М. Доркі та Ф. Амена спостерігається позитивна динаміка в зниженні рівня тривожності: у більшості молодших школярів переважає середній рівень тривожності (75%), меншою мірою представлений високий рівень тривожності (38%), ще меншою мірою – низький рівень тривожності (6%). Високий рівень тривожності на етапі контрольного експерименту не виявлено.

Отже, результати свідчать про позитивну динаміку: відсутній високий рівень тривожності, можна припустити, що він перейшов у середній і низький.

2. Методика «Страхи в будиночках» А. Захарова, М. Панфілова дала змогу виявити кількість страхів у дітей після проходження корекційної програми.

У більшості (65%) молодших школярів з особливими освітніми потребами кількість страхів зменшилася й відповідає нормі. У меншій кількості молодших школярів (35%) не відповідає віковій нормі.

Отже, видна позитивна динаміка: збільшення кількості молодших школярів (з 25% до 65%) демонструє норму страхів, зменшення випробовуваних демонструє велику кількість страхів (не відповідає віковій нормі) з 75% до 35%.

3. Графічна методика «Кактус» М. Панфілова допомогла повторно вивчити стан емоційної сфери дитини, виявити наявність агресії.

Порівняльний аналіз даних показав, що в молодших школярів спостерігається позитивна динаміка. У більшості (65%) дітей прояв агресії став на рівні норми, прояви агресії – як захисного механізму психіки. Стало менше випробовуваних (20%), які виявляють такі якості особистості: на тлі демонстративності поведінки, завищеної самооцінки виявляють агресивність, імпульсивність, егоцентризм, прагнення до лідерства. Також змінився показник у групі дітей (15%), які демонструють на тлі агресії такі якості особистості, як невпевненість у собі, занижена самооцінка, залежність, скритність, обережність.

Висновки з проведеного дослідження.

За результатами діагностики можна зробити висновок, що молодші школярі після застосування корекційно-розвивальної програми стали менш агресивні, імпульсивні, залежні й приховані, більш упевнені в собі.

Отже, аналізуючи порівняльні результати за трьома методиками, можемо констатувати, що корекційно-розвивальна програма з корекції емоційної сфери в молодших школярів за допомогою арт-терапії дала змогу нівелювати негативні емоційні стани в дітей. Рівень тривожності значно знизився, страхи відповідають віковим нормативам, прояв агресії став на рівні норми, що свідчить про позитивну динаміку.

Виконане дослідження продемонструвало ефективність психологічної допомоги, спрямованої на корекцію емоційної сфери в дітей молодшого шкільного віку за допомогою арт-терапії. Багаторівневість феномена соціальної адаптації молодших школярів з особливими освітніми потребами зумовлює існування різноаспектних поглядів і наукових підходів, але найбільш продуктивним напрямом розроблення цієї наукової проблематики є суб'єкт-суб'єктна парадигма системно-діяльнісного підходу, у контексті якого соціальна адаптація особистості такої дитини передбачає її перетворювальну активність, спрямовану на створення відповідних зовнішніх умов для розвитку й актуалізації власного індивідуального потенціалу.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з іншими видами соціальної адаптації

молодших школярів з особливими освітніми потребами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вознесенська О.Л. Арт-терапія у подоланні психічної травми : практичний посібник. Київ : Золоті ворота, 2015. 198 с.
2. Олійник І. Ціннісні орієнтації молодших школярів як об'єкт педагогічної корекції. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського* : збірник наукових праць. 2013. Вип. 1.43 (93). Т. 1. С. 284–288.
3. Омельченко І. Народна казкотерапія як засіб творчої самореалізації дітей з обмеженими мовленнєвими можливостями. *Простір арттерапії*. 2007. Вип 1 (4). С. 126–137.
4. Реброва К. Створення талісманів у процесі арт-терапії. *Простір арт-терапії* : збірник наукових статей / УМО, ГО «Арт-терапевтична асоціація». Київ : Золоті ворота, 2012. Вип. 12 (12). С. 107–116.
5. Степура Ю.Г. Критеріальна структура фахової готовності майбутніх педагогів до використання засобів естетотерапії у соціальному вихованні молодших школярів. *Педагогіка та психологія*. 2016. Вип. 52. С. 201–209. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpkhnpu_ped_2019_52_24.
6. Хіля А.В. Арт-терапія як об'єкт наукового дослідження у працях зарубіжних та вітчизняних вчених. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2016. № 5 (59). С. 394–405.