

## АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНІКИ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У ПСИХОКОРЕКЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

**Смірнова Т. Ю.**

*Гадяцький ліцей №1 імені Олени Пчілки Гадяцької міської ради  
smtet@ukr.net*

Протягом останніх десятиліть постійно збільшується кількість дітей, які мають розлади настрою – депресивний, біполярний та інші. У закладах загальної середньої освіти збільшується кількість дітей з інклюзією. Настрій – це стійкий емоційний стан, він характеризує тонус, працездатність та сприйняття дитиною оточуючого середовища. Негативними станами вважаються такі, що породжені відхиленнями від нормальної життєдіяльності, тобто – тривога, туга, сум, самотність, страх, розчарування, депресія, злість, ревності, образа тощо. Під час карантину, багато дітей зазнали складних емоційних переживань – переїзди, зміна класного колективу та фізичної активності, перехід на дистанційне навчання, неможливість подорожувати та займатися багатьма видами захоплень, дистанціювання від друзів та знайомих тощо. Все це спричинює негативні емоційні реакції, особливо у дітей молодшого шкільного віку, які, якщо з ними не працювати, можуть призводити до різноманітних наслідків, у тому числі – афективних, тривожних та інших розладів, також – загострення патохарактерологічних змін особистості, перехід у патологію тощо. Психологія емоційних станів у сьогоденні лишається недостатньо висвітленою, як в українській, так і в світовій літературі. Більшість вчених зосереджуються на певних конкретних станах або емоціях, це К. Мілютіна, Н. Максимова, О. Леонтєв, Є. Лісіна, К. Ізард, Б. Додонов, В. Вілюнас, В. Бехтерев, Є. Ільїн, О. І. Захаров, С. Рубінштейн, Н. Карпенко, Є. Новікова, Л. Берковіц, М. Осоріна, К. Платонов, О. Чебикін, П. Якобсон, Т. Шінгарова, О. Прихожан та інші. Корекцію емоційних станів юнацького віку досліджували І. Кон, Л. Божович, Л. Виготський, О. Лідерс, Н. Максимова, К. Мілютіна, Д. Фельдштейн, Б. Кузікова тощо. Сучасні дослідження потребують точнішого визначення поняття «емоційний стан», його зв'язків з категоріями «емоція» та «настрій», дослідження поширеності негативних емоційних станів у зв'язку з актуальними зараз подіями, пошуку та розробки методів їх корекції.

Мета дослідження: дослідити можливості арт-терапевтичних технік та їх вплив у психокорекції молодших школярів.

1. Визначити ступінь дослідженості проблеми психокорекції молодших школярів засобами арт-терапії.

2. Визначити організаційні етапи проведення дослідження та підібрати методичний інструментарій визначення особливостей психокорекції емоційних станів молодших школярів.

3. Провести діагностику негативних емоційних станів у дітей молодшого шкільного віку.

Методи дослідження: *теоретичні*: аналіз та систематизація, класифікація та конкретизація літератури, узагальнення та порівняння теоретичних та експериментальних даних, формування висновків; *емпіричні*: спостереження, експерименту, опитування, бесіди. Для визначення характеристик настроїв використано методику «Визначення домінуючого стану» (Л. Куліков).

Діагностика рівню тривожності проводилася за методикою «Особистісна шкала проявів тривоги» (Д. Тейлор, адаптація Т. Немчин). Для визначення рівня суб'єктивного відчуття самотності, використано методику «Діагностика рівня суб'єктивного відчуття самотності» (Д. Рассел, М. Фергюсон). Діагностики депресивних настроїв проводилася за методикою «Шкала депресії» (Е. Бек).

Найбільш ефективна робота з дітьми – це психокорекційна робота за допомогою малюнка. Використання мистецтва як корекційного фактора цілком доступно у школі. Ці арт-терапевтичні заняття можна розглядати як одну з інноваційних форм роботи з дітьми.

Методи арт-терапії широко застосовують в роботі з молодшими школярами. Це і допомога в адаптації до школи, корекція взаємин в колективі та сім'ї, корекція страхів і рівня самооцінки та інших психологічних проблем. Арт-терапевтичні техніки також допомагають в діагностиці особистісних особливостей школярів, характеру їх проблем, допомагають визначити положення в класі, потенціал кожної дитини. Дуже часто діти не говорять про проблему навмисно, а деякі методи арт-терапії, дозволяють обходити захисні механізми і непомітно для дитини показувати існуючі проблеми.

Багато дітей не здатні словами висловити свій емоційний стан, переживання, а ось за допомогою технік арт-терапії – легко, в цьому безперечна перевага даного методу. У шкільному віці застосовують групові та індивідуальні форми арт-терапії в залежності від поставлених завдань, але частіше – групові форми роботи.

Використання арт-терапевтичних методів у практиці роботи практичного психолога з дітьми з особливими освітніми потребами допомагають розширити їх уявлення про навколишній світ, усвідомити його цілісність та розвинути моторику рук. Істотно і те, що образотворчі матеріали і предмети ігрової діяльності є для дитини більш важливими «партнерами» комунікації, ніж арт-терапевт. Варто враховувати і те, що ігровий простір, образотворчий матеріал і образ є

для дитини засобами психічного захисту і саморегуляції, до яких вона прибігає у важких для себе обставинах.

Аналіз існуючих теоретичних концепцій на тему психокорекції негативних емоційних станів дозволяє зробити наступні висновки:

1. Емоційна складова життя людини, зокрема дітей молодшого шкільного віку є важливою та складною, у науковців до неї ще немає єдиного остаточного підходу. У багатьох джерелах існують тенденції до підміни понять емоції, настрої, афекти та емоційні стани, які пов'язані між собою, можуть зумовлювати одне одного, мають схожі механізми виникнення, але є різними за своєю суттю.

2. Перебіг емоцій та виникнення емоційних станів мають в основі складні фізіологічні механізми, які виникають у відповідь на різноманітні чинники та об'єкти, що має безліч концептуальних та теоретичних підходів та досліджувалося різними науковими школами.

3. Емоційні стани відображають взаємозв'язок потреб, мотивів та оточуючої дійсності, можуть бути пов'язані з внутрішніми конфліктами, залежать від ступеню задоволення потреб та цілей, мають динамічний взаємозв'язок з когнітивними процесам.

4. У дитячому віці емоції є гнучкими, насиченими, стабільнішими, виразними, темпераментально та ситуативно обумовленими, з'являється можливість їх контролю.

5. Арт-терапевтичні техніки у психокорекції є універсальним методом роботи з емоційними станами дітей молодшого шкільного віку. Вони допомагають виразити, зрозуміти та опанувати емоцію.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Гончаренко О. П. (2011). Арт-терапія в психокорекції та розвитку дітей. Київ: Освіта України.
2. Калініна І. М. (2017). Арт-терапевтичні техніки в роботі з дітьми та підлітками. Львів: Видавництво «Старий Лев».
3. Міщенко І. А. (2019). Арт-терапія в психотерапевтичній роботі з дітьми. Харків: ХНУ.
4. Шевченко О. В. (2015). Психокорекційна робота з дітьми молодшого шкільного віку: роль арт-терапії. *Психологія та педагогіка*. № 4. С. 85–93.
5. Луценко О. О. (2018). Психологічна корекція за допомогою арт-терапії в дитячій практиці. Київ: Літера.
6. Єрмоленко Т. С. (2020). Арт-терапія як метод психокорекції емоційних розладів у дітей. *Вісник психології*, № 3. С. 56–61.
7. Петренко В. А. (2016). Арт-терапевтичні методи в педагогічній практиці. Київ: Вид-во «Педагогічна думка».
8. Мазур Т. О. (2014). Арт-терапія та її використання в корекційній роботі з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. *Психологічний часопис*, № 1. С. 45–52.
9. Козлова Н. Г. (2013). Арт-терапія в роботі з дітьми: теорія та практика. Харків: Фоліо.
10. Гнатюк В. В. (2020). Психокорекційна робота з дітьми засобами арт-терапії. *Наукові записки НПУ*. Т. 45. С. 123–130.