

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНИХ РОЗЛАДІВ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ МЕТОДАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

Виноградова С.Е.,

*студентка кафедри психології,
ВНЗ “Університет економіки та права “КРОК”, м. Київ, Україна,
e-mail: 0804lana@gmail.com*

Абаніна Г.В.,

*к.психол.н., доцент кафедри психології,
ВНЗ “Університету економіки та права “КРОК”, м. Київ, Україна,
e-mail: hannaav@krok.edu.ua,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4064-724X>*

Науково-технічний прогрес, наряду з позитивними змінами у житті людей, створив низку нових проблем, зокрема в емоційній сфері людини. В свою чергу це не могло не позначитися на психічному здоров'ї дітей. Сучасні мультимедійні технології поступово витіснили живе спілкування дітей з батьками. Прискорений темп життя, постійна зайнятість батьків та багата кількість сімей, які мають лише одну дитину, неабияк посприяли емоційному відчуженню дітей та порушенням їх емоційної сфери. Психічне здоров'я дитини визначається, насамперед, її емоційним благополуччям. У наш час проблема емоційного благополуччя дітей є досить актуальною. Це зумовлено медичними, соціально-демографічними та індивідуально-психологічними чинниками. Невтішні, нажаль, і статистичні данні стосовно здоров'я дітей. За статистикою лише 30% відсотків дітей народжуються здоровими. На теперішній час розроблено достатньо досліджень спрямованих діагностувати емоційні порушення у дітей. Але ситуація з пошуком компенсаторних механізмів щодо попередження та психокорекції емоційних розладів у дітей набагато гірша, що зумовлено, насамперед, специфічними особливостями психіки дитини. Розвиток емоційної сфери залежить від характеру спілкування дитини з дорослими і однолітками. У дошкільному віці, як і в ранньому, діти все ще емоційно залежні від дорослих.

Емоційне самопочуття дитини залежить від того, чи радіє дорослий успіхам дитини, співпереживає їй при невдачах тощо. Ласкаве ставлення до дитини і прояви до неї уваги сприяють нормальному розвитку особистості дитини. Товариськість і доброзичливість дорослого впливає на розвиток позитивних соціальних якостей у дитини. У такому випадку дитина довіряє дорослому і не боїться контактувати з оточуючими людьми. Якщо ж дорослий неухважний до дитини, то це знижує соціальну активність останньої. Це може виражатися в плаксивості, невпевненості в собі, агресії по відношенню до однолітків, дитина може замикатися в собі [1]. Драма нашого соціального укладу і сімей полягає в тому, що розвиток багатьох дітей, в тому числі дошкільного віку, відбувається в умовах нестачі батьківської, перш за все материнської, любові, турботи і уваги, що не проходить безслідно для розвитку дитини.

Є ще і інший фактор, що змушує сьогодні більш уважно і шанобливо ставитися до емоційної сфери – фактор численних емоційних порушень в поведінці дітей, що виявляються у вигляді різних симптомів розладів і не

становлять клінічних форм захворювань, а відносяться до непатологічних форм пограничного характеру. Ці порушення проявляються у вигляді нестійкого настрою як емоційного фону дитини (збудливий або депресивний настрій), у вигляді особливостей характеру (акцентуації за типом дратівливої, гнівливої або надзвичайно догідливої поведінки), у вигляді деяких соціально неприйнятних станів (агресія, страхи, фобії тощо.).

Точна і глибока діагностика емоційних порушень, а також корекція і прогноз розвитку дітей з даними симптомами мають величезне значення для здоров'я дитини та її життя, також для життя родини і суспільства в цілому.

Проте, попри велику кількість досліджень, присвячених емоційній сфері дитини (В. Вілюнас, В. Зінченко, Є. Ільїн А. Орлов, В. Слободчиков, С. Смирнов та ін.), зараз існує дефіцит прикладних досліджень, спрямованих на пошук компенсаторних механізмів в процесі психопрофілактики і корекції, а також недостатність психологічного супроводу дітей старшого дошкільного віку з метою гармонізації їх відносин з навколишнім світом і з самою собою.

Застосовуючи арт-терапію як метод психокорекції емоційних порушень, психологи відмічали позитивні зміни в емоційному стані дітей. Сьогодні актуальною проблемою залишається феномен «засушеного серця», який був виділений Л. Виготським. Він визначав його як ригідність почуттів, емоційну холодність і байдужість. Розвиток егоцентричної особистості, зі страхами і комплексами, «є наслідком виховання інтелектуалізованої поведінки» [2]. Арт-терапія – це відносно новий метод лікування та профілактики психічного здоров'я людей, не лише у психотерапії, а й у соціології та педагогіці. Уперше цей термін був використаний Андріаном Хілом у 1938 році при описі своєї роботи з хворими туберкульозом і незабаром отримав широке поширення [3]. У науково-педагогічному розумінні арт-терапія розглядається як метод розвитку та зміни особистості, групи чи колективу за допомогою різних видів і форм мистецтва та творчості. Хоча, творчі цілі й мають велике значення, перше місце в арт-терапії все ж таки відводиться терапевтичним цілям [4].

Збереження психічного здоров'я та формування гармонійно розвиненої особистості засобами арт-терапії – проблема, яка вивчалася багатьма науковцями, такими як І. Біла, Г. Васянович, Г. Ващенко, З. Кісарчук, К. Василенко, В. Верховинець, В. Діденко, І. Зязюн, Т. Іванова, Н. Худякова, Н. Тарабріна, Ю. Косенко, О. Лавріненко, М. Лещенко, О. Рудницька, С. Русова, В. Сухомлинський.

В даний час застосовується досить велика кількість видів арт – терапії. Найбільш популярними можна вважати такі, як: ізотерапія (терапевтичний вплив засобами образотворчого мистецтва: малюванням, ліпленням, декоративно-прикладним мистецтвом); бібліотерапія (терапевтичний вплив читанням); імаготерапія (терапевтичний вплив через образ, театралізацію); музикотерапію (терапевтичний вплив через сприйняття музики); вокалотерапії (зцілення співом); кінезітерапію (танцетерапія, хореотерапію, корекційну ритміку - терапевтичний вплив рухами) [5].

На думку О. Медведєвої, Л. Комісарової, Н. Т. Добровольської можна виділити наступні базові функції арт-терапії:

1. Катартистична – допомагає людині очиститися, та позбавитися від негативних станів.

2. Регулятивна – допомагає у регулюванні психосоматичних процесів, зменшує рівень нервово-психічного напруження, та сприяє моделюванню позитивного психоемоційного стану.

3. Комунікативно-рефлексивна – сприяє формуванню адекватної самооцінки та корекції порушень поведінки та міжособистісного спілкування [5].

Переваги арт-терапії, як методу корекції емоційної сфери дітей полягають також в тому, що арт-терапія є дуже цінним і навіть незамінним інструментом наприклад, у наданні психологічної допомоги дітям з різними емоційними і поведінковими розладами, які мають порушення в розвитку. З дитиною легше налагодити контакт за допомогою ігор та малюнка. Арт-терапію можна проводити навіть з дітьми або дорослими, не здатними до мовленнєвого спілкування, - з тими, у кого є вроджені захворювання, або органічні ураження мозку. У цих випадках арт-терапія часто стає основним засобом спілкування. Як досить м'який психотерапевтичний метод вона майже не має протипоказань. Арт-терапія спонукає людину до розвитку творчого потенціалу, мобілізує внутрішні ресурси та сприяє процесам самоцілення та саморозвитку.

Список використаних джерел:

1. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. Воронеж: Модек, 2013. – 178 с.
2. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.4. Детская психология / Под ред. Д. Б. Эльконина. М. Педагогика. 1984. 432 с.
3. Адаптована програма з арт-терапії для дітей з обмеженими можливостями / Л. Т. Нікішина та ін. 2018. [Електронний ресурс]. Режим доступу: URL: <http://corr.ks.ua>.
4. Буторина С. В., Берман Л. М. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами арт-терапии // В сборнике: Векторы образования: от традиций к инновациям Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. Отв. ред. Т. Г. Сироштаненко; Анапский филиал ФГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный университет». 2015. С. 204-206.
5. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. М.: Академия, 2001. С. 5-26.