

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ
ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ**

Виконала: студентка II курсу,
групи 8.0530-1з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Оліферовська Катерина Максимівна
Керівник: к.психол.н., доцент кафедри
психології Грандт В.В.
Рецензент: к.псих.н., доцент кафедри
психології Грединарова О.М.

Запоріжжя

2021

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

« _____ » _____ 2021р.

ЗАВДАННЯ

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Оліферовській Катерині Максимівні

Тема роботи Арт-терапія як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей

керівник роботи Грандт В.В. к.психол.н., доцент кафедри психології

затверджені наказом ЗНУ від «30» липня 2021 року № 1137-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки дослідити ефективність арт-терапії, як засобу розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

5. Перелік графічного матеріалу: 8 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Грандт В.В., доцент		
Розділ 1	Грандт В.В., доцент		
Розділ 2	Грандт В.В., доцент		
Розділ 3	Грандт В.В., доцент		
Висновки	Грандт В.В., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2021 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2021 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2021 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	червень-липень 2021 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	вересень 2021 р.	Виконано
6	Написання висновків	жовтень 2021 р.	Виконано
7	Передзахист	листопад 2021 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2021 р.	Виконано

Студент _____ Оліферовська К.М.

Керівник роботи _____ Грандт В.В.

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О.М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 83 сторінок, 8 малюнків, 101 джерел, 8 додатків.

Об'єкт дослідження - емоційно-вольова сфера особистості.

Предмет дослідження - вплив арт-терапії на розвиток емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження - дослідити ефективність арт-терапії, як засобу розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

Гіпотеза: передбачаємо, що рівень розвитку емоційно-вольової сфери молодших школярів підвищиться після проведення психокорекційної програми, направленої на розвиток емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: спостереження, тестування.

Наукова новизна полягає у розробці та впровадженні психокорекційної програми з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії в умовах сімейного центру розвитку.

Галузь використання: навчально-виховні заклади, позашкільні навчальні заклади для дітей, дитячі центри розвитку, загальноосвітні школи.

АРТ-ТЕРАПІЯ, ГРУПОВА АРТ-ТЕРАПІЯ, ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВА СФЕРА ДИТИНИ, АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ МЕТОДИ, РОЗВИТОК ДИТИНИ, ПСИХОКОРЕКЦІЯ.

SUMMARY

Oliferovska K.M. Emotional-volitional sphere development of children through art-therapy methods.

Master's qualification work: 83 pages, 8 drawings, 101 sources, 8 appendices.

The qualifying work gives a theoretical survey and describes the experimental study of children's' emotional-volitional sphere, development methods of emotional-volitional sphere through art therapy. The master thesis is composed of 3 chapters, each of them dealing with different aspects of children's emotional-volitional sphere development.

The research object: the emotional-volitional sphere of children.

The research subject: the development of the emotional-volitional sphere of children by means of art therapy.

The research goal: is to theoretically substantiate and experimentally investigate the peculiarities of the emotional-volitional development, to design and probate the art-therapeutic program for the development of the emotional-volitional sphere of children.

The research tasks are:

- Theoretical substantiation of the essence of the emotional-volitional sphere of personality;
- Consider art therapy as a means of developing the emotional and volitional sphere of children;
- Develop and test a psycho-correctional program for the development of the emotional and volitional sphere of children of primary school age by means of art therapy;
- To analyze the influence of art therapeutic methods on the emotional and volitional sphere of children.

Chapter 1 “Theoretical fundamentals of the children's emotional-volitional sphere development by art-therapy methods” provides theoretical analysis of the development of children's emotional-volitional sphere by art-therapy means,

theoretical approaches have been generalized and systematized to design the empirical research.

In the chapter 2 the characteristics of emotional-volitional sphere of children and specifics of art therapy for children have been provided, the model of development of emotional-volitional sphere by means of art therapy for children has been explained.

Chapter 3 explains the design and methods of research. The Art-therapeutic program for the development of children's emotional-volitional sphere has been described. The analysis of results has proved the effectiveness of implemented Art-therapeutic program for the for the development of emotional-volitional sphere by means of art therapy.

ART-THERAPY, GROUP ART-THERAPY, EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE OF A CHILD, ART-THERAPY METHODS, CHILDREN DEVELOPMENT, PSYCHOLOGICAL CORRECTION.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	9
1.1. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку.....	9
1.1.1 Загальна характеристика емоційно-вольової сфери дітей.....	9
1.1.2 Особливості розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку.....	26
1.2 Арт-терапія як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей.....	34
1.2.1 Арт-терапія як напрям в сучасній психології.....	34
1.2.2 Специфіка проведення арт-терапії для молодшого шкільного віку.....	42
1.2.3 Специфіка групової та індивідуальної арт-терапії з метою розвитку емоційно-вольової сфери дітей.....	46
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ.....	51
2.1 Організація, методики і процедура дослідження.....	52
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження.....	57
РОЗДІЛ 3. ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ З РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	63
3.1 Психокорекційна програма з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.....	63
3.2. Аналіз ефективності психокорекційної програми з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.....	68
ВИСНОВКИ.....	73
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
ДОДАТКИ.....	85

ВСТУП

Актуальність дослідження. Емоційно-вольова сфера вказує на динаміку та якість емоцій та почуттів людини. А також включає способи їх регуляції. Говорячи про розвиток емоцій в дитячому віці, відзначимо тісний зв'язок і залежність між розвитком емоцій і розвитком інших сторін психічного життя людини.

Проблема розвитку емоційно-вольової сфери дітей сьогодні вельми актуальна, саме емоційний розвиток та виховання є фундаментом, на якому закладається і все життя коригується людська особистість. Психологи вважають, що всі зміни в пізнавальній діяльності, які відбуваються протягом дитинства, необхідно пов'язувати з глибокими змінами в емоційно-вольовій сфері особистості дитини.

В наш час діти мають величезний доступ до інформації. Вони дуже обізнані в сфері технологій та мають великий відсоток екранного часу. Суспільство ставить високі вимоги до дітей, що відображається на їх емоційному стані. Свобода творчості, розуміння себе та своїх емоцій це те, що не є достатньо важливим в суспільстві.

Емоції впливають на всі психічні процеси: сприйняття, відчуття, пам'ять, увагу, мислення, уяву, а також на вольові процеси. Тому проблема розвитку емоцій і волі, їх ролі у виникненні мотивів як регуляторів діяльності та поведінки дитини є однією з найбільш важливих і складних проблем психології і педагогіки.

Вплив батьків та близького оточення дитини формує його емоційно-вольову сферу. Відомо що, остаточний розвиток емоційно-вольової сфери випадає на підлітковий вік. В кваліфікаційній роботі розглянемо один із засобів розвитку емоційно-вольової сфери дітей, а саме - арт-терапію.

Арт-терапія відноситься до психологічного впливу мистецтвом і використовується в соціальній, педагогічній, психологічній роботі як засіб

гармонізації і розвитку психіки людини через його заняття творчістю. Арт-терапія найбільш підходить для роботи з дітьми від 6 років. Вона допомагає задовольнити емоційні потреби, розвинути самоприйняття, підвищити самооцінку, зменшити занепокоєння, задовольнити когнітивні потреби і розвинути соціальні навички.

Проблема дослідження полягає в розходженні між високим потенціалом арт-терапії в психокорекції порушень емоційної сфери дітей і рівнем методичної розробленості даного підходу для дітей молодшого шкільного віку. Аналіз літературних джерел, осмислення вище сформульованої проблеми в контексті емоційного здоров'я дитини дозволив виявити протиріччя між багатим, накопиченим теоретичним і емпіричним матеріалом в сфері емоційного розвитку школярів через використання засобів арт-терапії та недостатнім опрацюванням цього процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема впливу арт-терапії на самопочуття людини різнобічно представлена в дослідженнях А. Готсдінера, Є. Іванченка, М. Кисельової, О. Семашка, М. Старчеуса та ін; арт-терапії як інструменту прогресивної психолого-педагогічної допомоги (Л. Єрмолаєва-Томіна, М. Кисельова, О. Копитін, М. Костевич, А. Старовойтов та ін.).

Об'єкт дослідження - емоційно-вольова сфера особистості.

Предмет дослідження - вплив арт-терапії на розвиток емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження - дослідити ефективність арт-терапії, як засобу розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

Гіпотеза: передбачаємо, що рівень розвитку емоційно-вольової сфери молодших школярів підвищиться після проведення психокорекційної програми, направленої на розвиток емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.

Завдання дослідження:

1. Теоретичне обґрунтування сутності емоційно-вольової сфери особистості

2. Розглянути арт-терапію, як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей.
3. Розробити та апробувати психокорекційну програму розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.
4. Провести експериментальне дослідження впливу арт-терапевтичних методів на емоційно-вольову сферу дітей.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень; емпіричні: спостереження, тестування.

Наукова новизна полягає у визначенні необхідності застосування арт-терапевтичних занять з метою розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

Практична значущість полягає у розгляданні та впровадженні арт-терапевтичних методик для дітей шкільного віку, які будуть розвивати емоційно-вольову сферу та сприяти зміні основних показників порушень. Ця програма може бути застосована психологами, педагогами в школах, центрах розвитку дітей і т.д.

Структура кваліфікаційної роботи магістра. Складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел з 101 найменувань та додатку на 34 сторінках. Загальний обсяг тексту 83 сторінки. Робота містить 2 таблиці та 8 рисунків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

1.1. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку

1.1.1 Загальна характеристика емоційно-вольової сфери дітей

У сучасній філософії, освіті, медицині, психології піднімається ряд питань про підпорядкування емоцій пізнанню: як вони керують пізнавальними процесами; людина є тільки раціональною істотою або вона, в першу чергу, навчається і розвивається завдяки особистому і соціальному переживанню. "Емоційно-вольова сфера особистості включає в себе два тісно взаємопов'язані поняття, одним з яких є людські емоції і почуття, а іншим - воля. Це властивість людини, що характеризує зміст, якість і динаміку її емоцій і почуттів "[48].

Вивченням емоційно-вольової сфери займалися такі педагоги і психологи, як: Є.І. Рогов, І.М. Сеченов, А.Ц. Пуні, а також практики: Л.І. Рибак, Е.С. Бендер, Е.Н. Іванова. Таким чином, сучасна психологія вважає, що вивчення емоційно-вольової сфери у дітей було і залишається актуальним в наш час.

Емоційно-вольову сферу дітей можна і потрібно розвивати. І коли мова йде про розвиток, то одним з важливих понять є: емоційно-вольова регуляція.

Емоційно-вольова регуляція включає в себе регуляторні компоненти, які не цілком усвідомлені індивідом. Вони необхідні в ситуаціях подолання труднощів і перешкод на шляху досягнення мети. В такому випадку, поняття емоційно-вольової регуляції близьке до поняття синтетичного процесу психіки, що забезпечує функціонування регуляторного контуру в ситуації труднощів і напруги. Включення таких в повному обсязі усвідомлюваних компонентів відокремлює поняття емоційно-вольової регуляції від поняття вольової регуляції.

В особистісній структурі, емпірично виявленій в дослідженні, знаходяться всі необхідні для ефективної емоційно-вольової регуляції компоненти: спрямованість особистості, емоції, воля.

Емоційний процес. Емоція як процес - це діяльність з оцінювання інформації, яка потрапляє до мозку, про внутрішній і зовнішній світ. Емоція оцінює дійсність і доводить до відома організму свою оцінку мовою переживань. Емоції погано піддаються вольовому регулюванню, їх важко викликати за власним бажанням.

Емоційний процес включає три основних компоненти:

1. Емоційне збудження. Воно визначає мобілізаційні зрушення в організмі. У всіх випадках, коли відбувається подія, що має значення для індивіда, і якщо така подія констатується у формі емоційного процесу, відбувається наростання швидкості, збудливості й інтенсивності перебігу психічних, моторних і вегетативних процесів. В окремих випадках під впливом таких подій збудливість, навпаки, може зменшуватися.

2. Знак емоції: позитивна емоція виникає тоді, коли подія оцінюється як позитивна. Відповідно негативна емоція виникає, коли подія оцінюється як негативна. Позитивна емоція спонукає дії підтримки позитивної події, негативна - дії, спрямовані на усунення контакту з негативною подією.

3. Ступінь контролю емоцій. Слід розрізняти два стани сильного емоційного збудження: афекти (страх, гнів, радість), при яких зберігається контроль та орієнтація, і крайні збудження (паніка, жах, гнів, екстаз, повний розпач), коли орієнтація та контроль практично неможливі.

Емоційне збудження може також набути форми емоційної напруги. Це відбувається у випадках, коли спостерігається сильна тенденція до певних дій, але ця тенденція блокується. Наприклад, у ситуаціях, які викликають страх, але включають втечу; збуджують бажання, але перешкоджають їх здійсненню; викликають гнів, але роблять неможливим його вираження; викликають радість, але вимагають збереження серйозності тощо. Негативна емоція

дезорганізує ту діяльність, що призводить до її виникнення, проте організовує дії, спрямовані на усунення або зменшення шкідливих впливів.

Форма емоційного процесу залежить від особливостей сигнального подразника, який її викликав. Специфічно адресованими будуть усі сигнали, пов'язані з певними потребами, наприклад дихання, харчовою, сексуальною тощо. У випадку занадто сильних впливів подразників виникає відраза, біль, пересичення.

Іншим джерелом емоційних процесів є передбачення: сигнали сильної й тривалої депривації, болю, які викликають страх; сигнали задоволення потреб, що породжують надію; сигнали можливого незадоволення потреби, що викликають гнів; сигнали, що передбачають нову, не визначену подію і збуджують цікавість. Один і той самий сигнал може викликати різні емоційні реакції залежно від того, з якою потребою вони пов'язані, й від того, чи має людина можливість відповідно відреагувати на нього чи вона позбавлена цієї можливості.

Ще одним джерелом емоцій є характер виконання діяльності й перебігу процесів регуляції. Процеси розв'язання завдань, сприйняття, дій, які успішно здійснюються, тоді як зриви, паузи, перешкоди, що забирають можливість досягнення мети (людина відчуває фрустрацію), викликають невдоволення й емоції гніву, озлоблення, роздратування.

Емоції розрізняються за своєю тривалістю: короткочасні емоційні стани (афекти, хвилювання тощо) і більш стійкі, тривалі настрої.

В житті дітей емоції відіграють дуже важливу роль. Вони висловлюють радість і прихильність, гнів, печаль і сором, страх і тривогу, довіру, задоволення і гордість. Протягом дня дорослі відчувають на собі найрізноманітніші емоції дитини. Емоції дають дітям (і дорослим теж) інформацію про їх стан. Позитивні емоції, такі як радість і довіра, дають дітям відчуття безпеки і надійності. Від інших емоцій їм погано, так як вони сигналізують про небезпеку і незадоволення. Гнів означає, що дитина зустрілась з перешкодою. Печаль призводить до зниження активності і дає

дітям час для того, щоб адаптуватися до втрати чи розчарування. Страх спонукає дітей до захисту. Тепло і ласка кажуть дітям, що їх люблять і цінують. Будь-яка емоція про щось говорить, тому дорослі повинні уважно ставитися до почуттів дітей і знаходити ефективні способи справлятися з їх різноманіттям. Емоції і почуття являють собою відображення реальної дійсності у формі переживань. Різні форми пережитих почуттів (емоції, афекти, настрої, стреси, пристрасті і ін.) утворюють в сукупності емоційну сферу людини.

Щоб краще розуміти природу емоцій розглянемо їх з точки зору нейрофізіології. В ході еволюції емоції з'явилися для того, щоб мотивувати на дії, які спрямовані на виживання.

Позитивні емоції мотивують обирати кроки для задоволення своїх потреб. Дофамін викликає приємне відчуття збудження, коли знаходиться новий спосіб задовольнити будь-яку потребу. Виробляючи дофамін мозок подає сигнал, що перемога вже близько. Це приємне відчуття мотивує докладати зусилля, щоб досягти ціль. Під дією дофаміну виникають нові нейронні зв'язки, завдяки яким людина знову відчуває приємні емоції, коли стискається з схожою ситуацією. Обираючи кроки, які сформовані на задоволення потреб, людина відчуває радість завдяки дії дофаміну.

Серотонін, або як його ще називають "гормон щастя" починає вироблятися коли людина відчуває свою соціальну значущість. Серотонін викликає у людини позитивні емоції, коли вона утверджується у суспільстві. Для того, щоб вижити нашим пращурам потрібно було відстоювати свій соціальний статус і при цьому не конфліктувати. Тому зараз люди так само порівнюють себе з оточуючими і відчувають гордість, коли досягають високого соціального статусу.

Ендорфін пом'якшує фізичний біль, маскуючи його відчуттям ейфорії. Ендорфін утворюється у відповідь на больові відчуття. Він маскує біль на декілька хвилин, а потім перестає вироблятися, тому що біль - цінна інформація. Ендорфін потрібен при надзвичайних ситуаціях. Але також сміх та фізкультура стимулюють синтез цього гормону. Під впливом окситоцину

формується нові нейронні зв'язки в результаті яких людина більше довіряє оточуючим. Мозок приймає безпечне рішення, коли дати нам це відчуття, так як довіра до всіх не сприяє виживанню.

Окситоцин - гормон довіри, дозволяє відчувати себе в безпеці серед інших людей. Окситоцин виробляється при побудові довірливих відносин з іншими людьми, а також під час дотиків. Він мотивує ссавців об'єднуватись в групи заради безпеки.

Негативні емоції мотивують уникати того, що загрожує виживанню. Тут слід розглянути гормон кортизол і речовину мієлін.

Кортизол попереджає про потенційну внутрішню або зовнішню небезпеку. Кожен сплекс кортизолу створює нейронні зв'язки, через які негативні емоції почнуть "включатись" швидше в подібних ситуаціях в майбутньому. Кортизол синтезується і тоді, коли людина відчуває розчарування.

Мієлін будує нейронні магістралі. Деякі з нейронних шляхів проводять електричність на дуже великій швидкості, оскільки покриті мієліном. Ось чому деякі думки і поведінкові реакції стають автоматичними. Максимум мієліну виробляється до 8 років і в період статевого дозрівання, саме того дорослі схильні бачити світ через призму отриманого досвіду з дитинства.

Види емоцій. Емоції можна класифікувати залежно від суб'єктивної цінності переживань, що виникають. Наприклад, виділяють такі види подібних "цінних" емоцій.

1. Альтруїстичні емоції - переживання, що виникають на основі потреби в допомозі, сприянні, заступництві іншим людям: бажання приносити іншим людям радість і щастя; почуття розчулення або надійності; почуття занепокоєння долею кого-небудь, турбота про нього; почуття участі, співчуття; почуття відданості.

2. Комунікативні емоції виникають на основі потреби у спілкуванні. Це про бажання спілкуватися, ділитися переживаннями й думками, знайти їм відгук; почуття прихильності, симпатії; почуття вдячності, подяки; почуття

поваги до кого-небудь; бажання заслужити схвалення від близьких і шановних людей.

3. Глоричні емоції пов'язані з потребою у славі, в самоствердженні: прагнення до пошани та визнання; приємне дратування самолюбства; почуття ураженого самолюбства й бажання взяти реванш; почуття задоволення тим, що виріс у власних очах, підвищів цінність своєї особистості.

4. Праксичні емоції, які викликаються діяльністю, її зміною в ході роботи, її успішністю або неуспішністю, труднощами її здійснення і завершення: бажання досягти успіху в діяльності; почуття напруги; захопленість процесом роботи; насолоджування результатами своєї праці; приємна втома після виконаної роботи; приємне відчуття, що справу зроблено і день пройшов не дарма.

5. Пугнічні емоції. Вони є результатом потреби в подоланні небезпеки, інтересу до боротьби: жага гострих відчуттів; почуття спортивного азарту; захват небезпекою, ризиком; рішучість; спортивна злість; почуття найсильнішого емоційного і вольового напруження, максимальної мобілізації своїх фізичних і розумових можливостей.

6. Романтичні емоції: прагнення до всього таємничого, незвичайного, незвіданого; очікування чогось надзвичайного й дуже гарного, світлого дива; хвилююче почуття дивно перетвореного сприйняття навколишнього; почуття лиховісно-таємничого; почуття особливої значущості того, що відбувається.

7. Гностичні емоції, пов'язані з потребою в пізнавальній гармонії: прагнення осягнути сутність явища, щось зрозуміти; почуття здивування або подиву; нестримне прагнення перебороти протиріччя у власних міркуваннях, звести все до системи; почуття ясності або невиразності думки; відчуття близькості рішення, здогаду; радість відкриття істини.

8. Естетичні емоції, пов'язані з ліричними переживаннями: насолода красою чого-небудь або кого-небудь; жага краси; почуття витонченого, граціозного; почуття хвилюючого драматизму; почуття величності або піднесення; насолода звуками; почуття світлого смутку й замисленості; почуття

щиросердечної м'якості, зворушеності; поетично-споглядальний стан; почуття рідного, милого, близького (насолада спогадом про минуле).

9. Гедоністичні емоції, пов'язані із задоволенням потреби в тілесному й душевному комфорті: насолада приємними фізичними відчуттями від тепла, сонця, смачної їжі тощо; солодка лінь; почуття безтурботності; почуття веселощів; приємна бездумна збудженість (на танцях, вечірках і т.п.); хтивість.

10. Акізитивні емоції, що виникають у зв'язку з інтересом до накопичення, колекціонування: прагнення щось багаторазового колекціонувати, накопичувати, збирати; приємне почуття при огляді своїх накопичень; радість із нагоди збільшення своїх накопичень.

Фундаментальні емоції. Емоція називається фундаментальною, якщо вона має внутрішньо детермінований нервовий субстрат, зовні виражається особливими мімічними або нервово-м'язовими засобами й має особливе суб'єктивне переживання - феноменологічну якість.

Фундаментальні емоції є важливими в житті індивіда, але вони існують короткий проміжок часу. Далі активізуються інші емоції.

До фундаментальних емоцій належать такі: інтерес-хвилювання, радість, здивування, горе-страждання, гнів, відраза, презирство, страх, сором, провина.

Якщо дві або кілька фундаментальних емоцій у комплексі проявляються в людини часто і стабільно, то це свідчить про якусь її емоційну рису. Розвиток таких емоційних рис сильно залежить від генетичних передумов індивіда й від особливостей його життя.

До основних емоційних рис людини належать такі:

1. Тривожність являє собою комплекс фундаментальних емоцій. Вона включає не тільки страх, а і такі емоції, як горе, гнів, сором, провину й іноді інтерес-збудження.

2. Депресія - комплекс емоцій, що включає горе, гнів, відразу, презирство, боязкість і страх. Гнів, відраза й презирство можуть бути у формі внутрішньо спрямованої ворожості або зовні спрямованої ворожості.

У депресію включені й такі афективні чинники, як підвищена стомлюваність, погане фізичне почуття, що часто є побічними продуктами депресії, але також вони можуть спричиняти її розвиток.

3. Любов посідає особливе місце в житті кожної людини. Вона є джерелом збагачення життя й радості. Існує багато видів любові, і кожен з них має неповторні ознаки і особливий комплекс афектів. Спільне у всіх видах любові - вона пов'язує людей один з одним. Цей зв'язок має соціокультурне, еволюційно-біологічне й особистісне значення.

4. Ворожість - взаємодія фундаментальних емоцій гніву, відрази й презирства, що іноді веде до агресії. У поєднанні з конкретним набором знань про об'єкти, на яких спрямована ворожість, вона переростає в ненависть.

Існують й інші класифікації емоцій. Відповідно до класифікації американського психолога Пола Екмана існують базові та складні емоції. До базових емоцій відносяться: гнів, відраза, страх, щастя, печаль, здивування. Складні емоції трапляються з базових, трапляються не автоматично і включають в себе якусь когнітивну обробку. Вони вимагають рефлексії, самооцінки і можуть враховувати думку оточуючих.

Джеймс Рассел - один з перших критиків теорії Екмана, заперечував ідею універсальності емоцій. Він вважав, що взаємозв'язок особи і емоцій не є настільки прямолінійним, як спочатку думав Екман, а емоції мають певне значення в залежності від контексту. Пізніше в своїй книзі «Емоції і тіло» Беатріс де Гелдер писала, що в результаті експериментів з МРТ не вдалося виявити ніяких неврологічних підстав для підтвердження універсальності тих чи інших емоцій.

Не так давно одна з чільних критиків теорії базових емоцій, знаменитий нейробиолог Ліза Баррет заявила, що емоції - це не вроджена, а придбана через досвід якість. Розуміння емоцій проявляється інакше для різних людей і культур. Існує серія досліджень, в якій наукова група поїхала в Намібію, щоб вивчити, як плем'я пустельників Хімба буде розпізнавати радісні, сумні, злі, перелякані або нейтральні вирази облич. З сприйняттям проявів позитивних

емоцій проблем не виникло, однак Хімба часто плутали гнів і огиду. Аналогічні експерименти в інших племенах показали схожі результати. Це дозволило Баррет зробити висновок, що наше пояснення і розуміння емоцій закладено в культурі - ми даємо схожі назви речам, які в реальності означають різні поняття.

У 2011 році Екман змінив своє визначення «емоцій», включивши туди культурний та індивідуальний аспекти і виключив одну з базових емоцій.

Незважаючи на критику теорії, вона до сих пір застосовується психологами і є доступною і зрозумілою. Вважається, що починаючи з чотирьох років, за словами дослідників, можна обговорювати з дитиною складні емоції. Також задокументовано, що з 5-11 років діти успішно розуміють, що емоції піддаються регулюванню.

Можливість управляти афектами дає префронтальна кора. Вона допомагає направляти увагу, підключати знання про світ і тим самим налагоджувати свою поведінку. Кора досягає своєї зрілості після 20 років. Отже, дітям не вистачає інструментів для того щоб ефективно справлятися з саморегуляцією.

Як було сказано раніше, емоційно-вольову сферу дітей потрібно розвивати. Розвиток емоційної сфери займає важливе місце в становленні особистості дитини. Для психічного розвитку дітей важливо наявність позитивних і негативних емоцій, а також їх правильне співвідношення. Даний баланс емоцій необхідний для підтримки душевної рівноваги. Порушення балансу веде до емоційних розладів, які сприяють появі відхилень у розвитку особистості дитини і порушення у нього соціальних контактів.

Емоції відіграють основну роль з народження дитини, і є показником його ставлення до батьків і до навколишньої дійсності. В даний час, разом із загальними проблемами здоров'я у дітей, фахівці відзначають збільшення емоційно-вольових розладів, які виливаються в більш серйозні проблеми у вигляді низької соціальної адаптації, схильності до асоціальної поведінки, труднощів у навчанні.

На мою думку, найкраще що можна зробити для дитини, це не захистити її від негативних емоцій, а допомогти та навчати її з ними справлятися.

Дитина, як і доросла людина може переживати стрес. Кожний вплив внутрішнього і зовнішнього середовища достатньої інтенсивності, крім специфічного переживання радості або горя, приємного або неприємного, викликає неспецифічну потребу організму здійснити пристосувальну реакцію і тим самим відновити колишній стан. Не слід уникати стресу.

Небажаним є не стрес, а дистрес, коли людина відчуває надмірні переживання, викликані серйозними невдачами. Однак справжньою причиною виникнення дистресу є надлишкові або неадекватні реакції на обставини чи зовнішні впливи.

Потреба в емоційному насиченні. Кожна людина має вроджену потребу в емоційному насиченні. Ця потреба може задовольнятися не тільки позитивними, але і негативними емоціями. Негативна емоція означає сигнал тривоги, який має лунати, доки проблему не буде вирішено. Позитивна емоція - це сигнал повернутого благополуччя. Такому сигналу немає потреби лунати довго, тому емоційна адаптація до позитивного настає швидко.

В житті дитини потрібні негативні і позитивні емоції. Наш мозок потребує напруження, тренування і загортування. Для людини важливим є не збереження одноманітно позитивних емоційних станів, а постійний їх динамізм у межах оптимальної інтенсивності для певного індивіда.

Емоційне голодування переживається у формі нудьги й туги. Емоційне насичення задовольняється досягненням цілей людини.

Вплив емоцій на пізнавальні процеси.

Пізнавальний процес може змінюватися під впливом емоцій. Людина, що перебуває в емоційно нейтральному стані, реагує на предмети залежно від їх значущості. Емоції помірного й високого ступеня інтенсивності викликають уже виразні зміни в пізнавальних процесах. Як правило, спроби вплинути на сильні емоції за допомогою угод, пояснень чи інших раціональних способів, є безуспішними.

Одним із способів виходу зі стану є переключення на іншу діяльність. Говорити з дитиною варто лише після того, як вона заспокоїться. Діти, як правило, більш піддані впливу емоцій, ніж дорослі.

Емоційне збудження поліпшує виконання більш легких завдань і ускладнює виконання більш складних. При цьому позитивні емоції, пов'язані з досягненням успіху, сприяють підвищенню рівня виконання діяльності. А негативні емоції, що пов'язані з невдачею, знижують рівень виконання діяльності, навчання. Коли успіх викликає емоції великої сили, то процес діяльності порушується, але й у випадку, коли успіх досягається ціною особливих зусиль, можлива поява втоми, що погіршує якість діяльності; коли неуспіх настає за серією успіху, він може викликати короточасне підвищення рівня виконання діяльності; позитивна емоція сприяє кращому, а негативна - гіршому виконанню діяльності, у результаті якої ці емоції виникли.

Емоції та мислення тісно переплітаються у своєму функціонуванні, мають одні і ті самі джерела. Однак особливістю свідомої людини є те, що емоції не визначають її поведінку. Формування рішення діяти приймається такою людиною в процесі ретельного зважування всіх обставин і мотивів. Цей процес зазвичай починається з емоційної оцінки й завершується нею, але в самому процесі домінує думка. Найбільш успішними будуть дії і вчинки, які не тільки відтворюються на підставі лише холодних доводів розуму, але і коли вони підкріплюються емоціями. Дітям ще не вистачає інструментів до такої зваженої поведінки. Але гарний приклад дорослого стане кращою моделлю, яку дитина може використовувати в подальшому житті.

Емоції й мотиви. Регуляція дій може відбуватися у двох різних формах. Першою формою є безпосередня реакція, а друга форма - цілеспрямована активність.

Більш елементарні форми поведінки людини - реактивні - є емоційними процесами, більш складні - цілеспрямовані - здійснюються завдяки мотивації. Отже, процес мотивації можна розглядати як особливу форму емоційного. Таким чином, мотивація - це емоція разом із спрямованістю дії. Напрямок

емоційної поведінки змінюється разом із зміною ситуації, тому що ця поведінка є експресивною та не орієнтована на мету. Розділяють ці дві форми поведінки дії, метою яких є розрядка емоцій.

Емоційне виховання. У шкільному віці, порівняно з дошкільним віком, спостерігається значне зниження емоційної збудливості. Завдяки цього діти 9-11 років часто вважаються врівноваженими й здаються схожими на дорослих. Навпроти у підлітків підвищується емоційна збудливість.

Емоції не мають власної історії і не розвиваються самі по собі. Змінюються настанови особистості, її ставлення до світу, і разом з цим розвиваються її емоції.

Виховання через емоційний вплив є дуже тонким. Основне завдання полягає в тому, щоб допомогти дитині спрямувати її емоції. Не потрібно придушувати й викорінювати емоції. Справжні почуття - переживання - це плід життя. Вони не з'являються за бажанням, а виникають, живуть і зникають залежно від стосунків людини з оточуючими, які змінюються протягом діяльності. Почуття не підкоряються волі та не піддаються довільному формуванню. Але почуття можна непрямо спрямовувати й регулювати за посередництвом діяльності, у якій вони і проявляються, і формуються.

Як було сказано раніше, не потрібно повністю відгороджувати дитину від негативних переживань. Їх виникнення в навчальній діяльності може відіграти й позитивну роль, спонукаючи до їх подолання.

Важливою тут є інтенсивність. Якщо негативних емоцій в житті дитини забагато і вони трапляються занадто часто, тоді це може призвести до руйнування навчальних дій (наприклад, сильний страх заважає учневі викласти матеріал, який він добре знає) і, стаючи стійкими, набувають невротичного характеру. Важливо орієнтуватися на позитивне підкріплення навчальної діяльності школяра, на те, щоб викликати й підтримати в нього позитивний настрій у процесі навчальної роботи. З іншого боку, орієнтир лише на одержання позитивних емоцій, пов'язаних з успіхами, може виявитися малопродуктивним. Достатня кількість однотипних емоцій рано чи пізно

викликає відчуття нудьги. Дитині потрібен динамізм емоцій, їх різноманіття, але в межах оптимальної інтенсивності. Ця інтенсивність буде залежати від індивідуальних особливостей дитини.

Як уже зазначалось, емоції й почуття погано піддаються вольовій регуляції. Корисно пам'ятати про це, стикаючись з небажаним або несподіваними дитячими емоціями. Почуття дитини в гострих ситуаціях краще не оцінювати, це спричинить нерозуміння чи негативізм. Не можна вимагати від дитини не переживати тих емоцій, що вона переживає. Можна лише обмежувати прояв її негативних емоцій. Крім того, завдання полягає не в тому, щоб викорінювати емоції, а в тому, щоб побічно, опосередковано спрямовувати їх, організувати діяльність дитини.

Коли ми говоримо про розвиток емоційно-вольової сфери, тут важно акцентувати свою увагу і на індивідуальні особливості кожної дитини. Для того щоб побудувати індивідуальний підхід та забезпечити для її розвитку відповідні психологічні умови, потрібні знання характерних особливостей поведінки дітей в залежності від їх темпераменту.

Уперше систематичні знання про динамічні характеристики людини і причини, які призводять до їх появи, можна знайти в працях Гіппократа, які увійшли до "Збірника Гіппократа".

Процес формування систем нервових зв'язків залежить від типу нервової системи. Він надає своєрідності поведінці людини, накладає характерний відбиток на всю її сутність - визначає рухливість психічних процесів та їх стійкість. Проте він не є вирішальним чинником поведінки, вчинків, переконань, які формуються в процесі індивідуального життя людини та в процесі виховання.

Індивідуальні особливості реагування людей на одні і ті самі обставини дали підстави поділити людей на кілька груп або типів темпераменту.

Чітко вираженого типу темпераменту не існує. Він відображається на характері, мисленні, волі, пізнавальній діяльності дитини. Темперамент не є сталою властивістю особистості, він змінюється залежно від виховання і умов

життя. Кожний тип темпераменту має свої плюси і мінуси. Для правильної організації виховання, корекції недоліків і поліпшення спілкування дитини з людьми необхідно знати, до якого типу темпераменту вона належить. Уміння його визначити необхідне для правильного спрямування розвитку особистості молодшого школяра, розуміння особливостей його поведінки, запобігання небажаним реакціям дитини тощо.

Для визначення типу нервової системи користуються такими показниками:

1. Сила збудження - розумова, пізнавальна активність, схильність до невідомого, нового, складного; вміння переходити швидко від однієї діяльності до іншої, робити перерви в роботі, точно висловлювати думку; загостреність процесів сприймання і мислення.

2. Сила гальмування - здатність зосереджуватися, робити перерви в роботі, протидіяти стороннім подразникам, точно висловлювати думку;

3. Рухливість нервових процесів - здатність до переключення з однієї справи на іншу, діяти в незвичних умовах, швидкість розумових дій, готовність до розумового напруження;

4. Урівноваженість - рівномірність, спокій, відносно легке виконання роботи.

Зважаючи на ці показники, виокремлюють чотири основні типи вищої нервової діяльності, які відповідають певному типу темпераменту:

- сильний, рухливий, врівноважений (сангвінік);
- сильний, інертний, врівноважений (флегматик);
- сильний, нерівноважений (холерик);
- слабкий (меланхолік).

Розглянемо більш детально нормальний і порушений розвиток на різних етапах формування емоційно-вольової сфери.

У дошкільному віці нормальним розвитком вважається: інтерналізація норм і правил поведінки; емоційна саморегуляція; спонукання і гальмування дій регулюється реальними зовнішніми стимулами. Зовнішня довільна

регуляція сформована; внутрішня довільна регуляція продовжує свій розвиток. Порушений розвиток проявляється в вибірково сформованій зовнішньої довільної регуляції (реакції на яскраві стимули), опорі висунутим вимогам, порушенні емоційної регуляції (імпульсивності, лабільності), гіперактивності.

Молодший шкільний вік також має свої норми і порушення. У нормі молодший школяр проявляє ініціативність при виборі мети, самостійність. У нього формується довільна увага, спрямоване і стійке спостереження, наполегливість у вирішенні розумових завдань. Переважає довільність вольової регуляції всіх психічних процесів. Порушеним розвитком вважається: неврівноваженість процесів збудження і гальмування. Порушення уваги породжує низьку успішність у процесі навчання, в інших видах діяльності (високий рівень переключення, низький рівень точності). Мінімальний рівень усвідомленості реакцій в момент вчинення дій свідчить про дефіцит емоційно-вольової регуляції, наслідком чого є дезадаптивна поведінка.

Тепер розглянемо нормальний і порушений розвиток емоційно-вольової сфери в підлітковому віці.

До нормального розвитку відноситься: розвиток самосвідомості і самооцінки, з'являється почуття дорослості, ідентифікації з групою значущих однолітків, почуття власної гідності. Механізми вольової регуляції недостатньо сформовані. Переважна більшість порушення над гальмуванням, низька витримка, самовладання. Порушений розвиток характеризується емоційною нестійкістю, напруженістю, підвищеною збудливістю. Трансформація емоційних станів проектується в стійких шаблонах поведінки, які носять безконтрольний характер. Недостатня наполегливість в діяльності, слабо регульована активність, імпульсивність. Також у підлітків при порушеному розвитку проявляється безвідповідальність, несамостійність, труднощі в організації.

Умовно можна виділити 3 найбільш виражені групи так званих “важких” дітей, що мають проблеми в емоційній сфері:

1. Агресивні діти. Безумовно, в житті кожної дитини бували випадки, коли у неї проявилася агресія, але, виділяючи дану групу, ми звертаємо увагу, перш за все, на ступінь прояви агресивної реакції, тривалість дії і характер можливих причин, деколи неявних, що викликали афективну поведінку.

2. Емоційно-розгальмовані діти. Відносяться до цього типу діти, які на все реагують дуже бурхливо: якщо вони висловлюють захоплення, то своєю експресивною поведінкою «заводять весь клас»; якщо вони страждають - їх плач і стогін будуть занадто гучними і зухвалими.

3. Занадто сором'язливі, ранимі, образливі, боязкі, тривожні діти. Вони посоромляться голосно і явно виражати свої емоції, будуть тихо переживати свої проблеми, боячись звернути на себе увагу.

До третьої групи також можна віднести замкнутих дітей. Однак слід розуміти, що існує різниця між замкнутими і, наприклад, сором'язливими дітьми. Існують так звані комунікативні здібності дитини. Це деякі індивідуально-психологічні риси особистості, які містять три компоненти:

1. я хочу спілкуватися з іншими (мотивація спілкування);
2. я знаю, як спілкуватися з іншими (знайомство з комунікативними навичками);
3. я вмю спілкуватися з іншими (рівень оволодіння комунікативними навичками).

Сором'язлива дитина знає, як спілкуватися з іншими, але не вмє, не може використовувати ці знання.

Замкнута дитина не хоче й не знає, як спілкуватися. У цьому розходженні психологічних особливостей спілкування замкнутих та сором'язливих дітей криється таємниця корекції цих особистісних якостей.

При роботі із сором'язливою дитиною ми намагаємося сформувати в неї комунікативні вміння, а якщо дитина замкнена, то робота повинна бути насамперед спрямована на формування бажання спілкуватися й розвиток комунікативних навичок у дитини.

Безумовно, характер прояву емоційних реакцій пов'язаний з типом темпераменту. Діти, що належать до другої групи, є скоріше холериками, а представники третьої групи - меланхоліками або флегматиками.

Такий розподіл має досить умовний характер: на практиці зустрічаються діти, що поєднують у собі як істероїдні риси (характерні для другої групи), так і агресивні тенденції (перша група); або агресивні діти, які в глибині душі дуже ранимі, боязкі та беззахисні. Однак спільним для всіх цих груп є те, що неадекватні афективні реакції (які проявляються по-різному в дітей різних типів) мають захисний, компенсаторний характер.

Психологові слід звернути увагу на: особливості сімейного виховання дітей, ставлення оточуючих до них, рівень їхньої самооцінки.

Таким чином корекційна робота буде найбільш ефективною, якщо проведена якісна діагностика та вправи використовуються згідно психологічних особливостей дитини. Однак не слід забувати, що є випадки, коли виникають порушення саморегуляції. Наприклад, після комплексної емоційної травми з'являються проблеми з саморегуляцією, труднощі з ідентифікацією і вираженням емоцій і внутрішніх станів, труднощі з виразом потреб, бажань та нужд.

Емоційно-вольова сфера є значущим аспектом у розвитку дітей, так як взаємодія не буде продуктивною, якщо його учасники не навчаться управляти своїми власними емоціями і розуміти емоційний стан іншої людини.

Емоції і воля існують незалежно одна від одної. Формування емоційно-вольової сфери є одним з головних умов розвитку особистості дитини, чий досвід безперервно поповнюється. На розвиток емоційної сфери впливає безпосередньо середовище, що оточує дитину.

1.1.2 Особливості розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку

Молодший шкільний вік включає дітей, які навчаються в початкових класах, тобто від 6-7 до 10-11 років. В даний період не відбувається таких значних зрушень у розвитку особистості, як, наприклад, в підлітковому віці, але прояв змін в житті дитини, обумовлений вступом до школи, значно впливає на формування особистості.

Молодший шкільний вік фіксує особливості психічного розвитку дитини з позиції змісту освітнього процесу і досягнення соціальних завдань, що є складовою ціннісних пріоритетів певного суспільства. Отже психологічні особливості молодшого шкільного віку не можуть вважатися незмінними.

Провідна діяльність молодшого школяра - навчальна. Основними новоутвореннями молодшого шкільного віку вважаються розвиток словесно-логічного мислення і довільності, однак, спираючись на поняття норми психічного розвитку, можна досить часто спостерігати проблеми з розвитком основних новоутворень в учнів цього віку [27].

Навчальна діяльність також вимагає організованості, дотримання дисципліни і вироблення вольових зусиль. Все це сприяє визначенню розвитку здібностей, розширенню кола інтересів і утворення характеру, що значно впливає на формування особистості в цілому.

Час перебування дітей у початковій школі є вирішальним для їх подальшого становлення. Саме в цей період у дитини активно вдосконалюються її фізичні параметри майбутнього життя. Розвивається уява та почуття, визначається потужність сили думки. Зрозуміло, що “фундамент” життя дитини закладається задовго до її приходу до школи, але вже в період навчання формуються певні контури дорослої людини. Тому цей час важливий для формування та визрівання задатків, закладених у дитині, й розвитку її здібностей.

У цьому віці для дитини дуже важливе спілкування. Придбання навичок соціальної взаємодії з групою однолітків і вміння заводити друзів є однією з найважливіших задач розвитку дитини на цьому віковому етапі.

Взаємовідносини першокласників багато в чому визначаються вчителем через організацію навчального процесу. Він сприяє формуванню статусів і міжособистісних відносин у класі. До 2 і 3 класу особистість учителя стає менш значущою, але зате зв'язки з однокласниками стають більш тісними і диференційованими.

Характерна риса взаємин молодших школярів полягає в тому, що їх дружба заснована, як правило, на спільності зовнішніх життєвих обставин і випадкових інтересів; наприклад, вони сидять за однією партою, поруч живуть, цікавляться читанням або малюванням.

Свідомість молодших школярів ще не досягла того рівня, щоб вибирати друзів по яких-небудь істотних якостей особистості. Але в цілому діти 3 - 4 класів глибше усвідомлюють ті чи інші якості особистості, характеру. І вже в 3 класі можуть при необхідності вибрати однокласників для спільної діяльності.

Саме в молодшому шкільному віці з'являється соціально-психологічний феномен дружби як індивідуально-виборчих глибоких міжособистісних відносин дітей, що характеризуються взаємною прихильністю, заснованої на почутті симпатії і безумовного прийняття іншого. У цьому віці найбільш поширеною є групова дружба. Дружба виконує безліч функцій, головними з яких є розвиток самосвідомості і формування почуття причетності, зв'язку з суспільством собі подібних.

За допомогою розвитку соціалізації дитини в школі відбуваються складання суспільно спрямованості особистості, засвоюються основні моральні норми поведінки, формується його характер і моральна свідомість, яка помітно проявляється в період з першого по четвертий класи.

Молодший шкільний вік - це період позитивних змін і перетворень, що відбуваються з особистістю дитини. Тому так важливий рівень досягнень, здійснених кожною дитиною на даному віковому етапі. Якщо в цьому віці

дитина не відчуває радість пізнання, не набуде впевненість у своїх здібностях і можливостях, зробити це надалі буде важче. І становище дитини в структурі особистих взаємин з однолітками також важче буде виправити.

Відносно характеру молодшого школяра, то тут слід зазначити, що на момент приходу в школу у дитини проявляються такі риси як нестійкість і суперечливість, а поведінка характеризується замкнутістю, імпульсивністю, сором'язливістю і недисциплінованістю. Однак ці негативні прояви характеру можна усунути за допомогою корекційної роботи педагогів і психологів. Ще одна риса поведінки - емоційність, яка властива школярам першого і другого класів, що пов'язано з нездатністю повною мірою стримувати свої почуття і контролювати моменти задоволення і незадоволення.

Вольова регуляція, що надає можливість дітям тримати свої емоції і почуття під повним контролем, формується в третьому класі.

У четвертому класі у дітей помітно починає вибудовуватися рівень відповідальності і почуття обов'язку.

Як і у кожної людини в процесі її життя, будь-якої діяльності, спілкування з людьми, у школярів на даний період складається самооцінка. В основному це відбувається під впливом оцінки навколишнього його колективу і педагога з порівняння результатів своєї діяльності з результатами діяльності однокласників, зі зразком. Найчастіше, самооцінка у дітей не зовсім відповідає їх реальним результатам і можливостям в різних видах діяльності.

Розвиток емоційно-вольової сфери особистості - це складний процес, що відбувається під впливом ряду факторів (зовнішніх і внутрішніх). Зовнішні фактори - це середовище, в якому перебуває дитина, до внутрішніх чинників відносяться спадковість і фізичний розвиток дитини.

Емоційно-вольову сферу нерідко пов'язують з проблемою мотивації. Якщо мотиваційна сфера розвинена добре, то дія вольової та емоційної регуляції буде більш ефективною.

Особливе значення розвиток стійкої вольової сфери має в молодшому шкільному віці, оскільки всі сторони навчальної діяльності школярів супроводжуються певними вольовими зусиллями і емоціями.

Молодший школяр під час своєї навчальної діяльності переживає зміни змісту почуттів, проявляється більша усвідомленість і стриманість. Зміна викликана тим, що позитивні та негативні відчуття викликані не тільки грою, але і результатом учбової діяльності. Найбільший вплив має оцінювання вчителем успіхів і невдач дитини, та пов'язане з ним ставлення до дитини оточуючих. У позаурочний час ігри залишаються, але вони змінюються. Наприклад, активна інтелектуальна діяльність на уроках, новостворена звичка до вольових зусиль викликають інтерес до ігор за правилами - настільних і спортивних, які вимагають кмітливості, мають елементи змагання. Для школярів інтелектуальні ігрові завдання і спортивне суперництво стають джерелом позитивних відчуттів. Продовжує розвиватися сюжет рольових колективних ігор у плані відтворення різноманітних боків громадського життя. Моральні почуття дитини формуються під час складання сюжету, відображення в ньому різних взаємин між людьми, у процесі розв'язання конфліктів, що виникають під час гри. Проте не слід ставити занадто високу планку для дітей молодшого шкільного віку. Усвідомлення своїх почуттів і відповідно розуміння почуттів інших людей (за дослідженням П.М. Якобсона) у них ще не досконалі. Діти часто не можуть правильно зрозуміти міміку обличчя, неправильно розуміють вираження тих чи інших почуттів оточуючих, що спричиняє не адекватну реакцію на них.

На початку навчання дитині складно стримувати свої почуття, як вимагає участь в навчальній діяльності та спілкування з учителем та колективом. Однак повсякденні шкільні обов'язки, вимоги, що пропонує учитель, а пізніше і колектив, змушують їх поводитись стриманіше. Поступово молодші школярі вчаться контролювати свою поведінку.

Моторні реакції, що виражають почуття і є характерними для дошкільників і першокласників, починають змінюватись мовними. До 3-го

класу у дитини розвивається інтонація та мовна виразність. Молодший школяр вже починаючи з першого класу намагається впоратись з сильним хвилюванням, вже може побороти свої бажання, слухається вимог вчителя. У цілому настрій дитини веселий, переважає життєрадісність та бадьорість. Проте неналежний рівень вимог у навчальній діяльності може призвести до афектів у поведінці. Якщо дитина не отримує достатньої уваги вчителя, у поведінці можуть закріпитися негативні риси характеру такі як: лайливість, недобррозичливість тощо. Зберігається і також велика вразливість. Драматичні події, побачені під час перегляду відео або кіно, пережиті в родині, можуть спричинити переляк, страх і тривалий час хвилювати дитину, що зашкодить її розвитку та навчанню. Порівняно з дитиною дошкільного віку в молодшого школяра проявляється більша диференційованість у спрямованості почуттів. Відбувається розвиток інтелектуальних, моральних та естетичних почуттів. До 3-го класу інтенсивно формуються почуття колективізму, дружби, товариства. Вони розвиваються в результаті задоволення потреби в спілкуванні. Це відбувається під впливом життя дитини в колективі однолітків, спільної навчальної діяльності.

У молодших школярів починають інтенсивно розвиватися інтелектуальні почуття. В процесі навчальної діяльності з подоланням труднощів, успіхами й невдачами пов'язане активне пізнання. Виникає ціла гама почуттів: подив, сумнів, радість пізнання та у зв'язку з ними інтелектуальні почуття, що ведуть до успіху в навчальній діяльності, такі як почуття нового, допитливість. З потребою в пізнанні нового виникають інтелектуальні почуття. У першокласників викликають зацікавленість події й чинники, а отже, для розвитку інтелектуальних почуттів важливо спиратися на наочність, яскраві уявлення. Таким чином задоволення і радість виникають у дитини вже від проникнення в суть фактів.

Естетичні почуття молодшого школяра розвиваються в процесі сприйняття літературних творів. Поезія є найбагатішим матеріалом для їх розвитку. Деякі вітчизняні психологи підкреслюють, що завдяки особливостям

літературних поетичних творів (виразності, ритму, музикальності) у дітей виникає емоційне ставлення до віршів. В поезії діти частіше, ніж у прозі, вловлюють емоційний характер твору, відзначають настрій, ставлення автора до зображуваного. Разом із тим педагоги повинні спеціальні підкреслювати естетичний аспект художнього твору. Тільки при відповідному навчанні молодші школярі здатні розуміти художню цінність картини чи дати емоційну оцінку доступного їм музичного твору.

Воля. У дошкільному віці дитина не прикладає вольових зусиль під час своєї провідної діяльності - гри. Малюк бере одну, чи іншу іграшку і починає гратися, задовольняючи свої потреби. У процесі навчання дитині необхідно постійно діяти відповідно до вимог вчителя або за зразком. Часто навчальні дії, які виконує дитина, не задовольняють, безпосередньо, її потреби. Таким чином ці дії вимагають вольових зусиль. Наприклад, бажаючи заслужити похвалу учителя, одержати гарну оцінку, учень виконує вправу, наприклад, вчить таблицю множення, що сама по собі не викликає його захоплення.

Довільність дій, формуючись у процесі навчання, стає новоутворенням молодшого шкільного віку. Але формування довільності - це процес складний і тривалий. Вольові дії вимагають подолання зовнішніх або внутрішніх перешкод. Під час засвоєння умінь, знань і навичок у молодшого школяра вдосконалюється сам вольовий акт, а також формуються вольові якості особистості, причому вдосконалення вольового акту в навчальній діяльності відбувається постійно, тому що перед дитиною виникають щоразу нові та складніші цілі, досягнення яких вона прагне.

Відповідно до словесних вказівок вчителя або з підручників виникає перший етап вольового акту. Пізніше у процесі психічного розвитку молодший школяр, з появою певного ставлення до себе та інших та його взаємин з колективом, виконує той чи інший вольовий акт уже відповідно власних інтересів, мотивів, потреб. Такий розвиток потребово-мотиваційної сфери - найважливіша умова формування вольових рис характеру дитини і вольових вчинків. Важливою рисою характеру є самостійність. Чим молодші школярі,

тим складніше їм діяти самостійно. Вони здатні управляти собою, керуючись переконаннями і поглядами, і тому часто слідують прикладу інших. Потрібно формувати погляди і переконання у дітей. У зв'язку з цим вчитель і оточуючі мають показувати дітям позитивний приклад поведінки.

Провідна роль у формуванні адекватної поведінки школярів належить дорослим, що оточують дитину. Іншою потрібною рисою молодшого школяра є витримка. Спочатку ця риса проявляється в умінні виконувати вимоги дорослих. Пізніше в молодшого школяра виникає вміння стримуватися, підкорятися режиму шкільного життя й розпорядку дня після школи, самостійно організовувати виконання домашніх завдань і своє дозвілля. Учень також має і протилежну якість стриманості - імпульсивність.

Імпульсивність - це результат підвищеної емоційності. У школярів вона виявляється у швидкому відволіканні уваги на яскраві несподівані подразники, на все те, що своєю новизною захоплює дитину. Ближче до 3-го класу імпульсивність зустрічається більш рідко. Разом з тим у деяких випадках вона стає індивідуальною особливістю дитини.

Найважливіша вольова риса характеру - наполегливість. Вона розвивається до 3-го класу й дозволяє учням домагатися успіху в навчанні навіть при великих труднощах. Найяскравіше ця риса проявляється на уроках праці, під час виконання домашніх завдань, під час прибирання класу, двору, шкільного приміщення. Розвиток вольових рис характеру молодшого школяра тісно пов'язаний із розвитком його моральних якостей: чесності, колективізму, патріотизму, почуття обов'язку та інших.

Молодший шкільний вік є досить складним періодом, оскільки вимагає від учня концентрації доволіної уваги, певних вольових зусиль, відповідальності та самостійності, які у дітей цього віку ще розвинені недостатньо. Бендер Е.С. пише: "Зі вступом до школи максимум емоційних реакцій доводиться не стільки на гру і спілкування, скільки на процес і результат навчальної діяльності, задоволення потреб в оцінці і добре ставлення оточуючих. У цьому віці більшість дітей дуже емоційно реагують на оцінки,

думку вчителя. Кожний по-своєму відгукується на один і той же психічний процес, так у одного незнайома ситуація може викликати емоційний підйом, а в іншого смуток і апатію ». Вольова сфера у дитини, в свою чергу, посилює мотивацію до навчання і на цій основі вдосконалюється свідома регуляція своїх вчинків і дій. Крім цього, для ефективного і успішного особистісного розвитку школярів важливо використовувати в системі навчання різноманітні форми і методи роботи з дітьми вдома, необхідно проводити спільну роботу з батьками про те, як виховувати у дитини вольові якості, говорити про розумну вимогливість до дітей [15].

В роботі Славутської Є.В. описано дослідження взаємозв'язку емоційно-вольових якостей та інтелектуальних показників молодших підлітків. Запропоновано, що на актуалізацію інтелектуальних здібностей можуть впливати емоційні блоки, внутрішні утиски, можливий негативний досвід, які гальмують як розвиток особистості, так і реалізацію її інтелектуального потенціалу. Таким чином, впливаючи на емоційно-вольову сферу, ми можемо впливати на інтелектуальні показники.

Психологи Г. Бардієр, І. Розман і Т. Чередникова виявили основні проблеми молодших школярів в емоційно-вольовій сфері. До них відносяться:

- нездатність змінювати характер рухів, спираючись на контроль своїх відчуттів;
- нездатність довільно направляти свою увагу на емоційні відчуття;
- нездатність розрізняти і співвідносити емоційні відчуття і визначати їх характер;
- нездатність одночасно направляти свою увагу на м'язові відчуття і на експресивні рухи, які супроводжують будь-які емоції;
- нездатність показувати емоції по заданому зразку;
- нездатність посилювати, розуміти, розрізняти емоції інших;
- нездатність співпереживати (тобто приймати позицію партнера по спілкуванню і повноцінно переживати його емоційні стани);

- нездатність відповідати адекватними почуттями (у відповідь на емоційний стан товариша проявляти такі почуття, які принесуть задоволення учасникам спілкування).

Таким чином, формування особистості в молодшому шкільному віці включає в себе важливі процеси для розвитку дитини: зміна і формування його пізнавальної сфери; розвиток у школяра нового пізнавального погляду на реальність, що визначає перехід до більш складних форм мислення; розвиток нового рівня потреб дитини, що дає йому можливість правильно вибудувати свою діяльність, спрямовану на досягнення свідомо поставленої мети; поява досить постійних форм поведінки і діяльності дитини, які будуть служити твірною основою формування його характеру; розвитку навичок самоконтролю, самоорганізації і саморегуляції; засвоєння соціальних норм, морального розвитку; становлення адекватної самооцінки, розвитку критичності по відношенню до себе і оточуючих.

1.2. Арт терапія як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей

1.2.1 Арт-терапія як напрям в сучасній психології

Арт-терапія - це метод психотерапії, який застосовується для лікування і психокорекції, в основі якого лежать творчість і різні художні прийоми. Прості вправи, що нагадують дитячі пустощі, допомагають діагностувати душевний і фізичний стан людини, приносять величезне задоволення від самовираження і самоактуалізації. Діяльність в арт-терапії відбувається спонтанно. Для занять техніками в цьому напрямку не обов'язково бути художником, письменником або мати які-небудь здібності або таланти. Під час творчої роботи назовні виноситься все приховане і потаємне. Арт-терапевтичні вправи сприяють прориву страхів, комплексів, затискачів в свідомості.

Арт-терапія має давнє походження. Однак приблизно з середини ХХ століття вона стала все більш широко використовуватися в якості різновиду терапії переважно в психіатричних і загальносоматичних госпіталях. Спочатку

арт-терапія виникла в контексті теоретичних ідей З. Фрейда і К. М. Юнга, в подальшому набула більш широку концептуальну базу К. Роджерса і А. Маслоу. 1960-1980 рр. виявилися вирішальними для становлення арт-терапевтичного напрямку на Заході, у нас арт-терапія тільки переживає період свого становлення.

Основним механізмом корекційного впливу в арт-терапії є механізм сублімації. На думку Юнга, мистецтво, особливо легенди і міфи, і арт-терапія, яка використовує мистецтво, в значній мірі полегшують процес індивідуалізації саморозвитку особистості на основі встановлення зрілого балансу між несвідомим і свідомим "Я". Найважливішою технікою арт-терапевтичного взаємодії тут є техніка активної уяви, спрямована на те, щоб зіштовхнути лицем до лица свідоме і несвідоме і примирити їх між собою за допомогою ефективної взаємодії.

Визначаючи функції арт-терапії, Н. Сакович, Є. Медведєва, І. Левченко, Л. Комісарова, Т. Добровольська виділяють наступні базові:

1. Катарсическая - звільняє від негативних станів, очищає.
2. Регулятивна - зняття нервово-психічної напруги, регуляція психосоматичних процесів, моделювання позитивного психоемоційного стану.
3. Комунікативно-рефлексивна - забезпечує корекцію порушень спілкування, формування адекватної міжособистісної поведінки і самооцінки.

Метою арт-терапії не є навчання або оволодіння художніми навичками та вміннями.

Т. Колошина виділяє наступні функції арт-терапії:

1. Діагностична. Малюнок - особливий документ і містить дуже багато інформації про автора. Малюнок завжди символічний, завжди висловлює щирий стан автора, як би той не намагався його приховати.
2. Терапевтична - власне зцілення особистості за допомогою мистецтва, повернення особистості до психологічної цілісності.
3. Гуманістична арт-терапія.

Мета гуманістичної арт-терапії - розвиток збалансованої особистості, яка може тримати рівновагу між полярностями: любов - ненависть, слабкість - сила, самотність - близькість, кооперація - змагання, залежність - незалежність, домінування - підпорядкування, надія - відчай і ін.). Для досягнення цієї мети необхідно уточнити глобальні цілі індивіда.

Е. Шахобазова виділяє наступні принципи роботи в арт-терапії:

1. Цілісність. Людина - цілісна система: тіло-розум-душа і організм - навколишнє середовище. Будь-яка зміна на одному з рівнів відбивається на інших. Працюючи з людиною, ми працюємо з його цілісністю або над його цілісністю.

2. Потрійні відносини. Терапія мистецтвом - це відносини між терапевтом - клієнтом - об'єктом творчості. Творчий процес завжди організований так, що хтось запитує, спостерігає і бере участь. Будь-який об'єкт, створений під час терапії, виникає, щоб на нього можна було дивитися, отримувати відповіді, знаходити резонанс.

3. Розширення картини світу. Блокування енергії може виникати через ригідних, віджилих своє моделей поведінки. Якщо ситуація змінилася, а дії залишилися колишніми, вони вже не ефективні. І це, безумовно, обмежує можливості індивіда. Творча діяльність сприяє виходу зі стану однобічності та обмеженості, пропонуючи нові можливості вибору, творчі шляхи зміни.

4. Компетентність клієнта. Підтримка віри у власні сили, в особисту компетентність і гідність. Повага компетентності клієнта.

5. Процесуальність. Приділення належної уваги до тих підступних процесах, які йдуть паралельно означеної теми. Як правило, ці течії мають безпосереднє відношення до основної мети, однак можуть бути важливіше зараз. Орієнтир на намір клієнта, враховуючи, так само і такі течії, які апріорі вважаються випадковими [58].

Завдання арт-терапії на думку авторів Е. Медведєвої, І. Левченко, Л. Комісарової, Т. Добровольської наступні:

1. Адаптація наявних арт-терапевтичних методик і використання їх в системі психокорекційної роботи з дітьми та їх батьками.
2. Виявлення особливостей та визначення ефективності використання арт-терапії в психокорекційної роботі з дітьми різного віку з різними порушеннями особистісного розвитку.
3. Розробка арт-терапевтичних технологій і корекційних програм, що забезпечують корекцію різних порушень у дітей. Гармонізація психоемоційного стану дитини та її соціальна адаптація в культурно-освітньому просторі за допомогою арт-терапевтичних методик [59].

Копитін А.І. [60] виділяє такі значущі переваги методу арт-терапії перед іншими психокорекційними методами:

- практично будь-яка людина, незалежно від віку, культурного досвіду і соціального положення, може брати участь в арт-терапевтичному процесі, адже він не вимагає від нього великих здібностей до образотворчої діяльності або художніх навичок: кожна людина в дитинстві малювала, ліпила, грала. Тому метод арт-терапії практично не має вікових обмежень у використанні. Немає підстав говорити і про наявність будь-яких протипоказань до участі тих чи інших людей в арт-терапевтичному процесі;
- арт-терапія є засобом переважно невербального спілкування. Це робить її особливо цінною для тих, хто недостатньо добре володіє мовою, не може словесно описати свої переживання, або, навпаки надмірно пов'язаний з мовним спілкуванням. Символічна мова, будучи однією з основ образотворчого мистецтва, дозволяє людині часто більш точно висловити свої переживання, повному поглянути на ситуацію і життєві проблеми і знайти, завдяки цьому, шлях до їх вирішення;
- образотворча діяльність є потужним засобом зближення людей, своєрідним мостом між психологом (педагогом, соціальним працівником) і клієнтом. Це особливо цінно в ситуаціях взаємного відчуження, при ускладненнях в налагодженні контактів, в спілкуванні з приводу занадто складного і делікатного предмета;

- образотворча діяльність у багатьох випадках дозволяє обходити "цензуру свідомості", тому дає унікальну можливість для дослідження несвідомих процесів, вираження і актуалізації латентних ідей і станів, тих соціальних ролей і форм поведінки, які знаходяться в "витісненому" вигляді або слабо проявлені в повсякденному житті;

- арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання. Вона має "інсайт-орієнтований" характер, передбачає атмосферу довіри, високої терпимості і уваги до внутрішнього світу людини;

- продукти образотворчого творчості є об'єктивним свідченням настроїв і думок людини, що дозволяє використовувати їх для ретроспективної, динамічної оцінки стану, проведення відповідних досліджень і зіставлень;

- арт-терапевтична робота в більшості випадків викликає у людей позитивні емоції, допомагає подолати апатію і безініціативність, сформуванню більш активну життєву позицію;

- арт-терапія заснована на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів, саморегуляції і зціленні. Вона відповідає фундаментальним потребам в самоактуалізації: розкритті широкого спектра можливостей людини і затвердження ним свого індивідуального і неповторного способу буття в світі.

Аналізуючи дані переваги, можна зробити висновок про "м'якість" арт-терапевтичних методів.

Т. Колошина виділяє такі специфічні особливості арт-терапії:

1. Метафоричність арт-терапії. Мистецтво є уособленням внутрішніх переживань людини (абстрактної людини взагалі). Отже, будь-який твір мистецтва, в тому числі і той, який створить клієнт в ході арт-терапевтичної сесії, буде свого роду віддзеркаленням його життя.

2. Тріадична арт-терапії. Друге - хоча, швидше за все, саме воно є головним - відміна арт-терапії виявляється і її основною, абсолютно винятковою перевагою перед усіма іншими психотерапевтичними напрямками. Тільки арт-терапія дозволяє замінити звичну діяду "терапевт - пацієнт"

("консультант - клієнт") на тріаду "терапевт - творець мистецтва - пацієнт", тобто зробити психотерапевтичний альянс психотерапевтичним трикутником.

3. Ресурсний арт-терапії. Однак є ще й третя відмінність арт-терапії як напряму, пов'язана з тим, що спосіб терапевтичної взаємодії, нею пропонується, є ресурсним сам по собі, так як лежить поза сферою повсякденного життя клієнта. А все, що лежить за межами повсякденності, ресурсно за визначенням, бо розширює людський досвід [61].

Я згодна з думкою Л. Лебедевої, про те, що в арт-терапії не потрібен попередній досвід в малюванні. В терапії використовуються елементарні художні засоби. Суб'єкти арт-терапевтичного процесу - учасник (клієнт) і арт-терапевт - взаємодіють між собою вербально, на символічному, асоціативному рівні і за допомогою невербальної, візуальної комунікації через продукти творчості.

Клієнти пересуваються від дослідження своїх внутрішніх переживань і відчуттів до розгляду себе в часі, в просторі і в стосунках з іншими.

Умови терапевтичного процесу: (по вертикалі від сесії до сесії, по горизонталі - на кожній сесії).

- довіра (відкритість, знайомство з групою, інтерес до себе та інших);
- концентрація (залучення уваги до інших і себе, концентрація на почуттях, емоціях);
- співробітництво (відкритість взаємодії, обмін досвідом);
- креативність;
- сам процес спонтанного творчествa.

Стадії терапевтичного процесу:

- відтворення (згадування подій і наступне поширення інформації);
- пригадування - когнітивний образ (знаю, що ...);
- реконструкція (емоційна включеність в творчий процес, в спогади; емоційне переживання);
- повторне переживання (емоційний вираз минулих подій);

- дозвіл (сила, довіра, співволодіння, встановлення зв'язків між існуючою проблемою і іншими подіями).

В процесі арт-терапії людина спочатку перебуває в ролі художника, потім стає спостерігачем і з часом ініціює відчуття цілісності і гармонійності свого образу "Я".

Існують певні правила арт-терапії, розроблені Л.Лебедевой:

1. В арт-терапевтичному процесі неприйнятні команди, вказівки, вимоги, примус.

2. Учасник арт-терапевтичного заняття (дитина, підліток, дорослий) може вибирати відповідні для нього види і зміст творчої діяльності, образотворчі матеріали, а також працювати у власному темпі; має право відмовитися від виконання деяких завдань, відкритої вербалізації почуттів і переживань, колективного обговорення ("включеність" в групову комунікацію багато в чому визначається етикою і майстерністю психолога); він має право спостерігати за діяльністю групи або займатися чим-небудь за бажанням, якщо це не суперечить соціальним і груповим нормам.

3. Приймаються і заслуговують схвалення всі продукти творчої образотворчої діяльності незалежно від їх змісту, форми, естетичного вигляду.

Прийнята заборона на оцінку і порівняльні судження, критику, позначки, покарання.

З огляду на вищевикладених положень, можна стверджувати, що арт-терапія спирається на наступні положення:

1. В силу своєї ресурсності, арт-терапія більше орієнтована на побудову рішень, ніж на повернення до проблеми.

2. Арт-терапія здебільшого направляє людину на "починання", ніж на "завершення".

3. В процесі арт-терапевтичної діяльності людина формує орієнтацію на творення, уникаючи позицій "самокопання" і "самозвинувачення".

4. Арт-терапія здатна запуснути в людині процеси самопомоги, самоцілення, саморозвитку.

Основні види арт-терапії.

Існує велика кількість видів арт-терапії, але розглянемо лише основні її напрямки. Арт -терапія включає музикотерапію, кінотерапію, а також терапію з використанням театру та образотворчого мистецтва: живопису, скульптури та малюнка. Художні засоби, що використовуються в арт -терапії, також включають: поезію та будь-яку форму творчого письма.

Отже музична терапія використовується для досягнення позитивних змін у фізичному, психічному та соціальному функціонуванні. Театральна терапія дає поштовх для відновлення пригнічених емоцій, впливає на розвиток самоформування, дозволяє входити в інші соціальні ролі, допомагає зміцнювати позитивну поведінку та формує інтелектуальні та естетичні потреби. Танцювальна терапія ґрунтується на переконанні, що рух і танець інтегрують емоційну, пізнавальну та фізичну сферу людини. Ця методика сприяє прийняттю своєї фізичної форми, з якою у пацієнтів часто виникають проблеми.

Бібліотерапія полягає у використанні книг або матеріалів, які не друкуються, для досягнення цілей відновлення, реабілітації, профілактики та загального розвитку. Художнє вираження спонтанне. Його формують переживання та почуття людини. На заняттях використовується творча діяльність: малювання, живопис та ліплення. Твори мистецтва дозволяють досягти думок, мрій, бажань, радощів і печалей автора. Для деяких людей використання символів це єдина непряма форма екстерналізації власного внутрішнього світу. Це дозволяє звільнитися від усталеної поведінки та реалізує наміри та бажання, які не мали шансу здійснитися насправді.

Інша, настільки ж творча техніка - це пісочна терапія, яка включає також спонтанну побудову «мініатюрного світу» в коробці, наповненій піском. Сам процес створення - це процес творчої трансформації та інтеграції. Арт -терапія також охоплює кінотерапію, як техніку в психотерапії. Виховний та водночас терапевтичний аспект фільму ґрунтується на переконанні, що він може суттєво вплинути на емоційно - вольову сферу людини, що спричиняє зміну поведінки

окремої людини. Кінотерапія - є цінним інструментом професійної психологічної допомоги.

Кожен образотворчий матеріал задає певний діапазон можливих способів дій з ним, стимулює дитину до різних видів діяльності. Підбираючи образотворчі матеріали до кожного заняття, можна управляти активністю дитини.

При організації малюнкових методик з гіперактивними дітьми і розгальмованими дітьми не рекомендується використовувати фарби, пластилін, глину, тому що вони стимулюють неструктуровану, ненаправлену активність дитини, яка може перейти в агресивну поведінку. Їм краще запропонувати аркуші паперу середнього розміру, олівці, фломастери, так як це вимагає організації і структурування своєї діяльності, тонкої сенсомоторної координації. Дітям емоційно затиснутим, з підвищеною тривожністю буде корисна робота з фарбами, великими аркушами паперу, прикріпленими на стінах, крейдою, дошкою.

У арт -терапії може застосовуватися, а може і не застосовуватися тільки одна з методик, описаних вище. Якщо в терапевтичному процесі використовується більше форм, то мова йде про так званий комплексний підхід або арт-терапію з використанням різних методик. Арт -терапія зазвичай проходить у формі групових майстер-класів або індивідуальних занять, і вибір самих методик залежить, перш за все від цілей, яких слід досягти, рекомендацій лікарів та терапевтів, а також від уподобань клієнта. Незалежно від вибору, мистецька діяльність - не мета, а засіб досягнення позитивних змін.

1.2.2 Специфіка проведення арт-терапії для молодшого шкільного віку

Молодша школа являється фундаментом навчання у школі. В залежності від цього “фундаменту” будується подальше навчання. У школі дитина потрапляє в нові соціальні умови. Це може супроводжуватися підвищенням

тривожності, зниженням активності, переживанням емоційного неблагополуччя, пов'язаного з передчуттям невдачі або небезпеки. Таким чином тривожність та страхи дітей можуть перетворитися в стійку рису характеру.

Найбільш ефективна робота з дітьми - це психокорекційна робота за допомогою мистецтва. Арт-терапевтичні заняття можна розглядати як одну з інноваційних форм роботи з дітьми.

Методи арт-терапії широко застосовуються з молодшими школярами. Це і допомога в адаптації до школи, корекція взаємин в сім'ї та колективі, корекція страхів і проявів тривожності та інших психологічних проблем. Арт-терапевтичні техніки також допомагають в діагностиці особистісних особливостей школярів, характеру їх проблем.

Багато дітей не здатні висловити свій емоційний стан та переживання словами. Але за допомогою арт-технік їм легко це зробити. В цьому безперечна перевага цього методу.

Арт-терапія допомагає не тільки висловити почуття, але і навчитися їх розуміти. Використання методів арт-терапії сприяють розвитку емоційно-вольової сфери. Коли дитина знайомиться з творами мистецтва, вона може відчувати широку палітру емоцій. Мозок людини складається з двох півкуль: лівого, яке відповідає за логіку, і правого, що відповідає за емоції. Творчість дозволяє гармонізувати "стосунки" між логікою і почуттями.

Арт-терапія допомагає дитині навчитися справлятися з неадекватними проявами. Таким чином творчість розвиває витримку, терпимість, усидчивість та інші якості.

Техніки арт-терапії також можна використовувати для корекції емоційного неблагополуччя дітей. Першим кроком стає позбавлення дитини від страху перед матеріалом, від думки, що у неї може щось не вийти, і тим самим відкриваючи шляхи для самовираження. Для дитини дуже велике значення має можливість вільно малювати малювати і ліпити. Те, що вона пережила, що її турбує, часом легше зобразити, ніж пояснити. Коли дитина займається

творчістю, вона може зобразити зміст внутрішнього конфлікту, і таким чином на нього відреагувати. Коли вдається звільнити дитину від стримування, гальмування природних імпульсів і бажань, у дитини підвищується життєва енергія, і вона позбавляється від своїх переживань.

Арт-терапія використовується для дітей від 6 років. Вважається, що в латентний період, приблизно з шести до десяти років, діти вже здатні використовувати образотворчі матеріали для символічних зображень і комунікації за допомогою символів. Ці навички найкраще розвиваються в роботі з набором основних матеріалів для образотворчої діяльності: папір, кольорова крейда і олівці, фарба і глина. У дітей більш чітко, ніж у дорослих, помітні як ті сили, які забезпечують успіх творчого процесу, так і ті сили, які перешкоджають його досягненню. У маленької дитини ще не встиг сформуватися комплекс захисних механізмів, який в процесі дорослішання людини стає нерозривно пов'язаним з рисами його характеру.

Можна виділити п'ять способів використання художніх матеріалів:

1. Передвісники образотворчої діяльності: створення каракулей, розмазування і розбризкування фарби, дослідження фізичних властивостей матеріалів. Цей спосіб поводження з матеріалом не веде до створення символічних форм, але пов'язаний з позитивними враженнями, приносить задоволення і зміцнює "Я".

2. Хаотична розрядка: розливання, розбризкування фарби, шльопання фарбою по листу (долонею або пензликом). Це спосіб спонтанного вираження почуттів, прояви деструктивної поведінки з втратою контролю.

3. Образотворча діяльність як захисний механізм: стереотипне повторення, копіювання, змалювання через кальку, виробництво банальних стандартних робіт.

4. Піктограми: графічні повідомлення, які замінюють або доповнюють слова. (Комунікація за допомогою піктограм часто відбувається в психотерапії або в інших випадках тісних взаємин між людьми ...)

5. Оформлена експресія або мистецтво в повному розумінні цього слова; створення символічних образів, які успішно служать і самовираженню, і комунікації [5].

Специфіка проведення занять з арт-терапії для молодшого шкільного віку криється не тільки в вікових особливостях, а також в особливостях покоління взагалі. Існує теорія поколінь, згідно з якою на зміну "зумерам" в 2010 році прийшло нове покоління "Альфа". При підготовці занять для молодшого шкільного віку необхідно звернути увагу на такі моменти.

Покоління Альфа не може сприймати текстову інформацію великих обсягів. За одиницю часу обробити масиви інформації і відсіяти непотрібну можна лише тоді, коли інформація зведена до мінімуму. Тому улюблений формат трансляції - картинка. Формат сприйняття дітей - кліпове мислення. Як результат, неможливість зосередитися на одній конкретній проблемі, глибоко її опрацювати і зробити висновки. У дітей Альфа знижена функція синтезу та аналізу.

Це покоління орієнтуються в новій сигнальній системі створеної цифрової реальності. Діти володіють гаджетами з малих років. Однак нейропсихологи не відносять це до плюсів. На думку медичного психолога Лії Бодрова, знайомити дітей зі світом технологій не бажано, поки у нього не з'явилася мова, - до чотирьох-п'яти років. "Спочатку у дитини повинна вишикуватися база - база нейронної мережі, база підкірки, база сенсорної інтеграції, база відчуття від цього світу, щоб твоя дитина розуміла всі стимули і реакції", - зазначила лікар. Таким чином, діти покоління Альфа через активне використання електронних гаджетів можуть мати проблеми з творчою уявою.

У дітей покоління "Альфа" знижений рівень комунікативних навичок. Також відзначають серйозну проблему Альф - не розвивається емоційний інтелект.

У зв'язку з відсутністю живих контактів, діти не вчаться базових функцій емоційного інтелекту - це розпізнавання власних емоцій і управління ними.

Батьки дітей приділяють велику увагу інтелектуальному розвитку при підготовці до школи, проте діти часто бувають не готові фізіологічно. Також існує сегрегація нерівності в школі. Для деяких дітей потрапити в слабкий клас - це отримати вирок власної неспроможності.

Одним з плюсів покоління є великий діапазон особистого вибору майбутньої професії дитини.

Арт терапія як спосіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей буде актуальною. Однак потрібно враховувати вище позначені особливості покоління, а також індивідуальні особливості кожної дитини окремо.

1.2.3 Специфіка групової та індивідуальної арт-терапії з метою розвитку емоційно-вольової сфери

У шкільному віці використовують групові та індивідуальні форми арт-терапії, але частіше - групові форми роботи. Розглянемо переваги, структуру та етапи роботи обох форм.

Індивідуальні заняття арт-терапією дозволяють виявити основні настрої дитини і отримати відповіді на питання про його психічний стан через його малюнки.

Етапи роботи.

Етап 1. Встановлення арт-терапевтичного контакту, діагностика. Арт-терапевт пояснює клієнту, в чому полягатиме їхня спільна робота, що клієнт може і чого не може робити, принципи арт-терапії.

Етап 2. Це безпосередньо арт-терапевтична робота. Поступово, у міру того як формується психотерапевтичні відносини, у клієнта виникає відчуття захищеності, внутрішнього комфорту і свободи. Клієнт починає працювати все більш природно, сміливо і захоплено. В процесі роботи виникають найрізноманітніші асоціації і почуття. Виконується корекційна робота. Оцінюються проміжні результати.

Етап 3. Етап завершення роботи, оцінка кінцевих результатів. Підставами для завершення індивідуальної роботи, поряд із зовнішніми факторами, є певні зміни в стані і характері творчої діяльності клієнта, що відображають позитивну динаміку арт-терапевтичного процесу.

Переваги індивідуальної арт-терапії.

Арт-терапевт враховує індивідуальний темп діяльності дитини. Іноді дітям буває складно включитися в творчу роботу і це вимагає часу.

Арт-терапевт знаходиться поруч з клієнтом, намагається не заважати його роботі зауваженнями або коментарями і прагне не перешкоджати прояву сильних, в тому числі негативних емоцій. Лише в тих випадках, коли вони приймають явно деструктивний або самодеструктивний характер, арт-терапевт може звернутися до дитини з питаннями, покликанням допомогти осмислити і контролювати їх прояв. Арт-терапевт, час від часу задаючи різні питання, прагне не пояснювати, але прояснювати все, що робить клієнт. Завдання арт-терапевта бути поруч і допомогти дитині впоратися з її труднощами.

Дуже важливо підготувати дитину до закінчення терапевтичної програми. Раптове припинення роботи є небажаним.

Групова арт терапія з дітьми відрізняється від індивідуальної роботи тим, що побудована на порівняльному аналізі та ігровий комунікації дітей, їх взаємодії і розкритті їх здібностей друг перед другом, перед психологом і перед самими собою. Дитина вчиться комунікувати, коригує свою поведінку і впливається в соціум. Так йому легше адаптуватися до школи, виробити механізми взаємодії з однолітками.

Групова арт-терапія для дітей - це легкий і захоплюючий спосіб проаналізувати психіку дитини, його тривоги і мрії, не вдаючись до тяжких і пролонгованих методів аналітики. Арт-терапія - це хороший спосіб боротьби зі страхами, стресом, неврозами, агресивністю і нав'язливими станами. На групових заняттях педагоги та психологи працюють над поліпшенням комунікативних навичок дітей і підвищенням їх самооцінки, а також над розвитком емоційно-вольової сфери.

Перелік питань, які вирішує групова арт-терапія:

- розвиток емоційного інтелекту дитини (в творчому процесі психолог або педагог прагне направити дитину на вираження своїх почуттів, використання своїх сильних сторін для цікавих творчих рішень; дитина відчуває свою індивідуальність і сміливіше розвиває свої творчі здібності і емоційний інтелект);
- робота зі страхами і тривогами (чого боїться дитина, про що він тривожиться - це можна дізнатися з його малюнків, якщо просто попросити його намалювати свої страхи; уособлення побоювань дає можливість навчити дитину боротися зі страхом і перемагати його)
- неврози, тики, нав'язливі стани (творчість звільняє і дає вихід затиснутим всередині емоціям, тому часто під час терапії діти стають спокійнішими і менше реагують на зовнішній світ невротичними проявами)
- підвищення самооцінки (аналіз творчих здібностей дитини може дати йому розуміння його унікальності і цінності, від чого самооцінка дитини і його усвідомлення свого місця в світі стануть міцнішими)
- робота з наслідками стресу (відволіктися від негараздів і відновитися після важких сімейних змін теж можна за рахунок творчості та самовираження; дитина зможе легше пережити переїзд в нову квартиру, втрату домашньої тварини або зміну школи)

Переваги групової арт-терапії:

- будування позитивних зв'язків та почуття приналежності;
- дитина усвідомлює, що вона не самотня у своїх проблемах;
- удосконалення соціальних навичок та вивчення способів саморегуляції;
- формування впевненості;
- вивчення нових стратегій подолання та навичок вирішення проблем;
- поглиблення самосвідомості та самовираження за допомогою мистецтва;

- дитина усвідомлює свої сильні сторони.

Етапи роботи для групової арт-терапії є схожими з індивідуальною. Це етап підготовчих організаційних процедур і вихідної діагностики. Другим етапом є корекція та оцінка проміжних результатів. Далі йде завершальний етап та оцінка кінцевих результатів.

Структура групової арт-терапії(за Кисельовою М.В.):

Стадія розігріву - 10% загального часу. Стадія включення в роботу, вибір теми, іноді просто робота на вільну тему.

Власне образотворча діяльність - 30% загального часу.

Обговорення або дискусія - 50% загального часу (для дітей цей час менший).

Завершення роботи - 10% загального часу (сюди включене прибирання приміщення, завершальний заняття ритуал).

При роботі в парах учасникам пропонується самостійно вибрати собі пару і працювати з використанням будь-яких образотворчих матеріалів. Роботу в парах можна супроводжувати спокійними музичними композиціями.

Незалежно від того проводиться групова чи індивідуальна робота існує загальна структура проведення арт-терапевтичного заняття.

1 етап - налаштування. Початок заняття - це “налаштування на творчість”. Головне завдання цього етапу - підготувати учасника до спонтанної художньої діяльності. При цьому можна використати нескладні образотворчі прийоми. Наприклад, різні техніки: “карлочки”, “закритих очей”, “автографи”, “естафета ліній”. При виконанні цих вправ відбувається зниження контролю з боку свідомості і настає релаксація.

2 етап - актуалізація візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів. На цьому етапі можна використовувати малюнок (або іншу творчу діяльність) у сполученні з елементами музичної терапії. Музика як терапевтичний засіб, впливає на настрій людини, поліпшує її самопочуття. Гучність звучання також встановлюється із загальної згоди. Обов'язково необхідно змінити чи виключити музику, якщо цього бажає клієнт.

3 етап - образотворча діяльність. Цей етап припускає індивідуальну творчість для дослідження власних проблем і переживань. Прийнято вважати, що всі види підсвідомих процесів, у тому числі страхи, сновидіння, внутрішні конфлікти, ранні дитячі спогади, відбиваються в образотворчій продукції при спонтанній творчості. Таким чином, людина невербальною мовою повідомляє про свої проблеми і почуття, вчиться розуміти й аналізувати свої емоції. Деякі діти намагаються створювати реалістичні, гарні малюнки, тому необхідно пояснити учасникам заняття, що їхні роботи не будуть оцінюватися. Важливий процес спонтанної творчості, емоційний стан “малювальника”, його внутрішній світ, пошук адекватних засобів самовираження.

Даний етап заняття передбачає непряму діагностику. На перших заняттях учасник прагне працювати знайомими і звичними засобами, і тільки в міру подолання психологічного захисту починає експериментувати, стає більш експресивним. Як правило, дитина з високою особистісною чи ситуативною тривожністю спочатку малює простим олівцем, багаторазово виправляє зображення, а тільки потім розфарбовує його. Коли переборені захисні тенденції, фарби викликають в учня сильний емоційний відгук стимулюють уяву і прагнення творчості.

4 етап - активізація вербальної і невербальної комунікації. Головне завдання цього етапу полягає у створенні умов для комунікації. Учаснику пропонується показати свою роботу і розповісти про неї. Ступінь відкритості і відвертості самопрезентації залежить від рівня довіри до психолога, від особистісних особливостей дитини. Якщо вона з якихось причин відмовляється від висловлювань, не слід наполягати. Можна запропонувати клієнту скласти історію про свій малюнок (чи іншу творчу роботу) і придумати для нього назву. Тобто поєднати творчу роботу і казку. По розповіді дитини можна зрозуміти, кого він засуджує, кому співчуває, ким захоплюється. Таким чином неважко скласти уявлення про нього самого, його цінності та інтереси, відносини з навколишнім світом.

5 етап - звільнення від неприємних відчуттів. Учасник малює предмет, який його травмує, у комічній формі або малює радість у власному баченні. Можливо також скласти веселу казку про подолання проблеми. Перекладання тих переживань, що травмують, у комічну форму або протилежну емоцію призводить до катарсису, звільнення від неприємних відчуттів, емоцій.

6 етап - рефлексивний аналіз. Заключний етап припускає рефлексивний аналіз у невимушеній обстановці. Необхідна присутність елементів спонтанної “взаємотерапії” у вигляді доброзичливих висловлювань, позитивного програмування, підтримки. Атмосфера емоційної теплоти, емпатії, турботи дозволяє учаснику арт-терапевтичного заняття пережити ситуацію успіху в тій чи іншій діяльності. Дитина здобуває позитивний досвід самоповаги і самосприйняття, у неї зміцнюється почуття власної гідності, поступово коригується образ “Я”. На завершення варто акцентувати увагу на успіхах учня.

Групова та індивідуальна робота з метою розвитку емоційно-вольової сфери дітей має відмінності. Залежно від поставлених цілей може бути призначений той чи інший вид роботи.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ

2.1 Організація, методики і процедура дослідження

Аналіз проблеми розвитку емоційно-вольової сфери дітей дозволив побачити низку перспектив подальших досліджень у цій галузі. Увага дослідження була зосереджена на ефективності арт-терапевтичних методів та їх впливу на особистість дитини. Дослідження оцінює ряд компонентів емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку до та після проведення психокорекційної програми з використанням арт-терапевтичних технік.

Метою експериментального дослідження є дослідження ефективності арт-терапії, як засобу розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

Була висунута наступна гіпотеза: передбачаємо, що рівень розвитку емоційно-вольової сфери молодших школярів підвищиться після проведення психокорекційної програми, направленої на розвиток емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.

Завдання дослідження:

1. Теоретичне обґрунтування сутності емоційно-вольової сфери особистості
2. Розглянути арт-терапію, як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей.
3. Розробити та апробувати психокорекційну програму розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.
4. Провести експериментальне дослідження впливу арт-терапевтичних методів на емоційно-вольову сферу дітей.

Дослідження складається з трьох основних етапів:

1. Підготовчий (розробка програми дослідження, діагностика);

2. Основний (проведення дослідження);
3. Заключний (обробка і аналіз даних, оформлення висновків і рекомендацій).

Підготовчий етап емпіричного дослідження складається з розробки програми дослідження та отримання первинних даних. На цьому етапі за допомогою психодіагностичних методик: Проективна методика Дукаревич М.З. “Малюнок неіснуючої тварини”, Тест “Малюнок людини”, Тест “Гарний малюнок” проводиться діагностика особистісних рис, емоційних особливостей, порушень. Розглянемо більш детально використані методики.

Проективна методика Дукаревич М.З. “Малюнок неіснуючої тварини”. За допомогою нього можна досліджувати загальні особливості особистості дитини, агресивність, труднощі у спілкуванні. Методика може допомогти зрозуміти внутрішній світ дитини, те як вона сприймає оточуюче середовище.

Інструкція. “Придумай і намалюй неіснуючу тварину, тобто таку, якої ніколи і ніде раніше не існувало і не існує. А також назви її неіснуючим ім'ям”. За потреби дитину можна попередити про те, що не можна використовувати героїв казок і мультфільмів.

Оповідання можна складати у довільній формі (орієнтовно 10-15 речень). В описі бажано відобразити такі моменти: розміри тварини, де і з ким живе, чим харчується, чим зазвичай займається, чого боїться, для чого вона живе і яка від неї користь, чи має друзів, ворогів. Можна попросити назвати 3 основні бажання, які є у тварини.

Стандартна інструкція (намалювати неіснуючу тварину) емоційно нейтральна. Тому в даному тесті існують додаткові завдання намалювати: «Найбільш злу і найстрашнішу тварину» (дозволяє виявити найбільш приховані агресивні і депресивні тенденції, реакцію на загрозу), «Щасливу тварину» (цінності і прагнення досліджуваного), «Нещасну тварину» (характер побоювань, усвідомлені і неусвідомлені уявлення досліджуваного про його найбільш гострі проблеми, ступінь стійкості досліджуваного до різного ступеню стресів).

Інтерпретація результатів (див. Додаток А).

Тест “Малюнок людини” дозволяє оцінювати особистісні риси. Тестування не забирає багато часу. Це дозволяє успішно застосовувати тест при обстеженні дітей зі сформованою стійкою негативною реакцією на все, що нагадує школу. Малюнок людини дозволяє оцінювати як когнітивні особливості дитини (способи побудови цілісного зорового образу, сприйняття, координацію око - рука, сформованість загальних уявлень про будову людського тіла тощо), так і особливості індивідуально-емоційної сфери.

Дані, одержані за допомогою методики “Малюнок людини”, не дуже надійні й вимагають додаткової перевірки, зате вони дозволяють відразу ж висунути розумні гіпотези про те, в яких саме сферах у дитини є психологічні проблеми.

Інструкція. “Будь ласка, намалюй людину - усю, цілком. Постарайся намалювати якнайкраще - так, як вмієш”. Якщо дитина ставить уточнюючі питання (“Хлопчика чи дівчинку?”, “Чи можна, щоб в неї в руці була кулька?” тощо), то їй кажуть намалювати так, як вона хоче. Якщо ж питання суперечить інструкції, то треба її повторити (частково).

Проводячи тестування за цією методикою, варто звернути увагу на дрібні риси поведінки дитини й дорослого, який її супроводжує: куди і як вона дивиться, коли їй пояснюють завдання; яка її перша реакція (дихання, поза покірності, пошвавлення); у якій позі вона працює, у які моменти розслабляється, а у які зосереджується; з яким виразом обличчя подає психологу закінчену роботу.

При груповому обстеженні цією методикою рекомендується кількісне оцінювання. Орієнтовні вікові норми при цьому такі (див. таблицю, наведену нижче):

6 років — II—III рівні;

7 років — III рівень;

8 років — IV рівень;

9 років — IV—V рівні;

10 років — V рівень.

Кількісна оцінка виводиться таким чином

Якщо на малюнку відсутні голова або тулуб, то оцінка — 0 балів.

Якщо є голова й тулуб, то ставиться по 2 бали за кожную з таких деталей: очі (2 ока зараховуються за одну деталь), рот, ніс, руки (2 руки — одна деталь), ноги (2 ноги — одна деталь); ставиться по 1 балу за кожную з таких деталей: вуха, волосся або капелюх, шия, пальці, одяг, ступні або взуття; за правильну кількість пальців (по 5 на кожній руці) ставиться ще 2 бали.

Якщо спосіб зображення пластичний, то ставиться 8 додаткових балів; якщо він проміжний між пластичним та схематичним — 4 додаткових бали; якщо він схематичний, причому руки та ноги зображені подвійними лініями, то ставиться 2 додаткових бали. За схематичне зображення, в якому руки та ноги зображені одинарною лінією або відсутні, додаткові бали не ставлять.

Таким чином, мінімальний бал за це завдання — 0, максимальний (за наявності всіх перелічених вище деталей та пластичного зображення) — 26 балів (табл. 2.1).

Таблиця 2.1

Розрахунок балів

Рівень	Кількість балів
I	0-4
II	5-11
III	12-16
IV	17-21
V	22-26

Тест “Гарний малюнок” спрямований на виявлення емоційних особливостей. Характер використовуваної дитиною гама кольорів може багато що сказати про її емоційний стан. Тест “Гарний малюнок” не вимагає багато

матеріалів і підходить для молодших школярів, тому що заснований на звичній і природній для них образотворчій діяльності. Для виконання тесту потрібен білий аркуш паперу і кольорові олівці (24 кольори).

Інструкція. “Намалюй кольоровими олівцями який небудь гарний малюнок - який захочеш”. Під час малювання варто відзначати в протоколі використання дитиною різних кольорів.

Інтерпретація результатів. При інтерпретації результатів оцінюється загальна кольорова тональність малюнка. Найбільш показовими є кольори, використані дитиною на початку роботи.

Використання кольорів переважно темних тонів - ознака зниження настрою, що може свідчити про депресивний або субдепресивний стан. Постійне використання кольорів тільки темних тонів часто зустрічається при клінічних формах депресії. Щодо цього особливо показове сполучення чорного кольору з коричневим і синім (або фіолетовим).

Збіднена кольорова гама, знижена щільність та яскравість кольору, використання переважно простого олівця, незважаючи на наявність кольорових, - прояв зниження загального рівня активності. Це часто свідчить про астеничний стан, що спостерігається при загальному ослабленні організму, виснажені після пережитого стресу. Іноді збіднена кольорова гама є ознакою зниження настрою, депресивних тенденцій, субдепресії (на відміну від використання темних кольорів, вона не характерна для глибокої депресії).

Використання кольорів, близьких за тоном, м'яких (світлих) відтінків, тонких градацій за світлого свідчить про високу чутливість і є характерним для підвищеного рівня тривожності. Воно часто зустрічається у дітей, які недостатньо впевнені в собі.

Підвищена напруженість кольору, його надмірна яскравість, різка контрастність використовуваних кольорових сполучень, перевага яскраво-червоного або темно-червоного кольорів характерні для стану стресу, високої емоційної напруженості. Як правило, подібна кольорова гама сигналізує про ситуативно зумовлене підвищення рівня тривоги. Іноді надмірна яскравість і

контрастність малюнків зустрічається при підвищеній конфліктності, агресивності.

Під час основного етапу дослідження проводиться основна робота з розвитку емоційно-вольової сфери дітей. Для виконання даного етапу запропонована психокорекційна програма. Вона складається з 10 занять. Її особливістю є використання різних арт-терапевтичних технік. Програма розрахована на роботу з молодшими школярами (1-5 класи). Передбачається, що заняття проводитимуться один раз на тиждень підгрупами 3-5 осіб., тривалістю 45 хв. Заняття за даною програмою базуються на врахуванні індивідуальних особливостей дітей, їх можливостей та рівня розумового розвитку. Після проведення програми проводиться повторна діагностика.

Заклучний етап дослідження складається з аналізу даних та оформлення висновків та рекомендацій. (На цьому етапі порівнюються результати первинної та вторинної діагностики. Оцінюються різні критерії пов'язані з емоційно-вольовою сферою дітей. Для першої психодіагностичної методики “Малюнок неіснуючої тварини” був обраний критерій - труднощі у спілкуванні. Для другої методики “Малюнок людини” використовується кількісний аналіз, який вказує на відповідність розвитку віковим нормам. Завдяки методиці “Гарний малюнок” можливо порівняти емоційні особливості дітей до та після проведення програми. У заключенні проводиться порівняльний аналіз групи та такими критеріями: саморегуляція, вміння справлятися зі складними ситуаціями; комунікабельність; поінформованість дітей про різновид емоцій та почуттів.

2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження

Було здійснено емпіричне дослідження з метою дослідження ефективності арт-терапії, як засобу розвитку емоційно-вольової сфери дітей. Воно проводилося на базі благодійної організації центру “Нова Надія” у місті Запоріжжя, Запорізької області. В дослідженні брали участь діти молодшого

шкільного віку, а саме дітей із сімей які опинилися в складних життєвих обставинах. Обсяг вибірки - 15 дітей.

Дослідження ефективності арт-терапії ускладнювалося не регулярністю відвідувань дітьми занять та епідеміологічною ситуацією. З метою зменшення суб'єктивності отриманих результатів і досягнення їх більшої вірогідності в основу емпіричного дослідження покладено такі принципи: комплексність; використання взаємодоповнюючих методик, єдність якісного і кількісного аналізу.

У процесі діагностики емоційних станів дітей використовувалися проєктивні психодіагностичні методики: “Малюнок неіснуючої тварини”, “Малюнок людини”, “Гарний малюнок”.

Розглянемо результати первинної діагностики.

За допомогою методики “Малюнок неіснуючої тварини” можна досліджувати загальні особливості дитини, агресивність, труднощі у спілкуванні. Критерій, який було оцінено - це труднощі у спілкуванні. Цей критерій є важливий для розвитку емоційно-вольової сфери дітей. Нерозуміння своїх емоцій, та емоцій оточуючих може призводити до труднощів у спілкуванні. До уваги брались такі особливості малюнка: людиноподібний тип тварини(незадоволеність у спілкуванні), закриті очі, щілеподібний рот у вигляді літери “О” (ознака утрудненого спілкування), відсутність ніг, їх недостатня кількість або явна слабкість (пасивність або невмілість у соціальних відносинах), великі товсті ноги або їх надмірна кількість (відчуття недостатньої вмілості у соціальних відносинах). Також брались до уваги оповіді дітей про малюнок, а саме: ізольоване місце проживання тварини (брак спілкування, почуття самотності), харчування неістивними речами (порушення спілкування), має багато друзів (незадоволена потреба в спілкуванні).

Для більш наочного представлення отриманих даних вони наведені у діаграмі 2.1, або у Додатку Б.

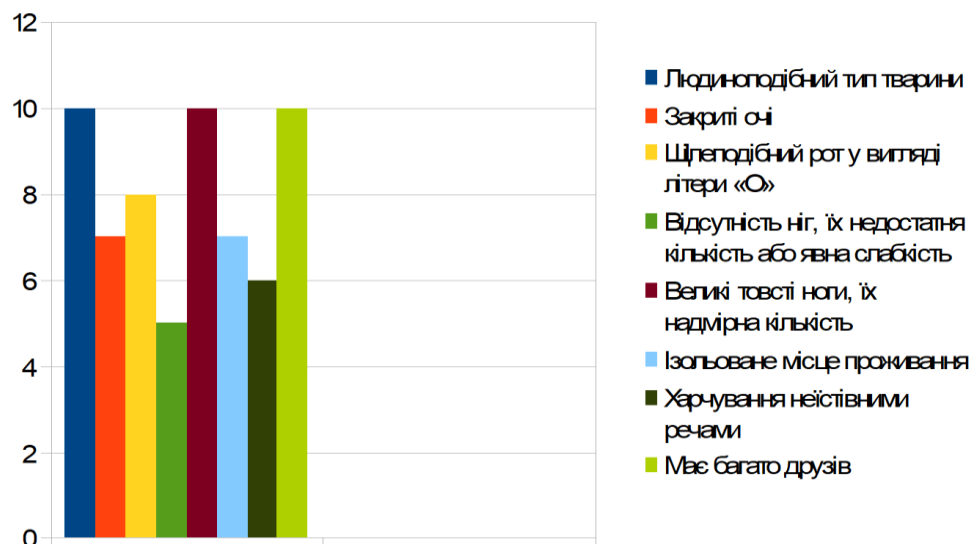


Рис. 2.1 Наявність ознак труднощів у спілкуванні у досліджуваних

Аналіз діаграми показав, що загальний відсоток показників труднощів у спілкуванні в групі дорівнює 52,5%.

За другою методикою “Малюнок людини” оцінювалась відповідність розвитку віковим нормам. Результати кількісного аналізу тесту “Малюнок людини” наведені в Додатку В.

Орієнтовні вікові норми при цьому такі:

6 років — II—III рівні;

7 років — III рівень;

8 років — IV рівень;

9 років — IV—V рівні;

10 років — V рівень.

За результатами тесту виявлено, що 50% опитаних дітей відповідають віковим нормам, 50% - ні. Це дає підстави для проведення психокорекційної програми розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

Перед поданням результатів третьої діагностичної методики, нагадаємо нашу гіпотезу: передбачаємо, що рівень розвитку емоційно-вольової сфери молодших школярів підвищиться після проведення психокорекційної програми,

направленої на розвиток емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії.

Аналіз проєктивної психодіагностичної проєктивної методики “Гарний малюнок”.

При інтерпретації була розглянута загальна кольорова тональність малюнка. До уваги брались такі особливості кольорової тональності: використання переважно темних кольорів; збіднена кольорова гама, знижена щільність та яскравість кольору; використання близьких за тоном, м’яких кольорів; підвищена напруженість кольору, надмірна яскравість; або відсутність перелікованих особливостей. Результати тесту наведені у Додатку Г, та у діаграмі 2.2.

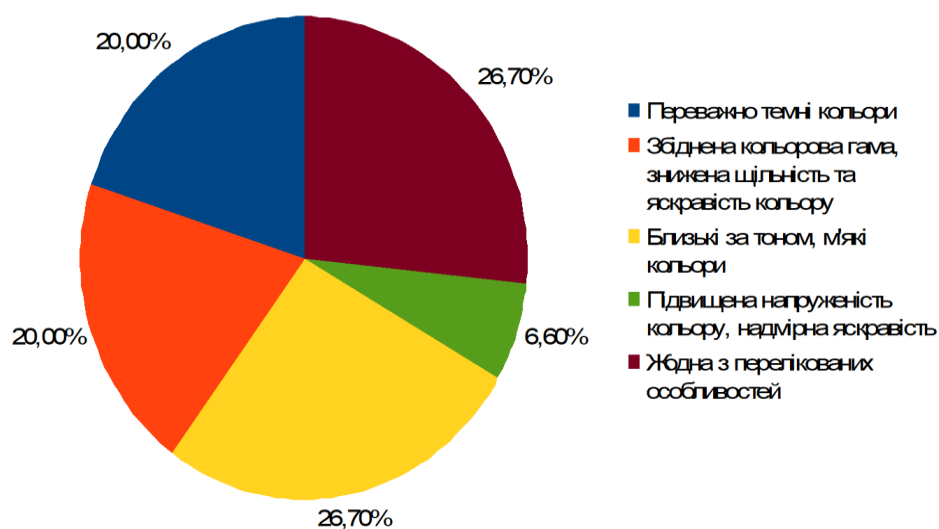


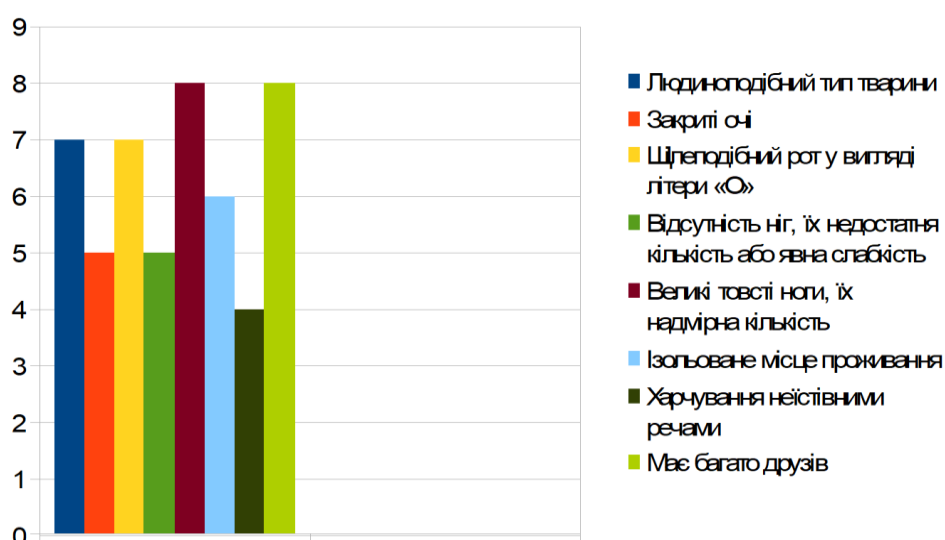
Рис. 2.2 Кольорова тональність малюнка

Дослідження емоційних особливостей показало, що 20% досліджуваних мають ознаку зниженого настрою, ймовірність депресивного або субдепресивного стану; 20% - проявляють загальне зниження активності, астеничний стан; 26,7 % - мають велику сензитивність, підвищений рівень тривожності; 6,6% - мають підвищений рівень тривоги, або підвищена конфліктність, агресивність. Серед досліджуваних 26,7% не виявили жодних з

перелікованих особливостей, що може свідчити про достатньо розвинений рівень емоційно-вольової сфери.

Після проведення психокорекційної програми, яка складається з 10 групових занять із застосуванням технік арт-терапії, була проведена повторна діагностика.

Результати оціненого критерію “Труднощів у спілкуванні”, який був отриманий з методики “Малюнок неіснуючої тварини”, розглянутий повторно в



діаграмі 2.3 та у Додатку Д.

Рис. 2.3 Наявність ознак труднощів у спілкуванні у досліджуваних

Аналіз діаграми показав, що загальний відсоток показників труднощів у спілкуванні в групі після проведення психокорекційної програми дорівнює 41,6 %.

Результати повторного тесту “Малюнок людини” наведені у таблиці (див. Додаток Е).

За результатами тесту виявлено, що 60% опитаних дітей відповідають віковим нормам, 40% - ні. Вибірка цього тестування дорівнювала кількості 10 дітей.

Третя методика “Гарний малюнок” на виявлення емоційних особливостей за повторною діагностикою показала наступні результати, що наведені в таблиці (див. Додаток Ж) та у діаграмі 2.4.

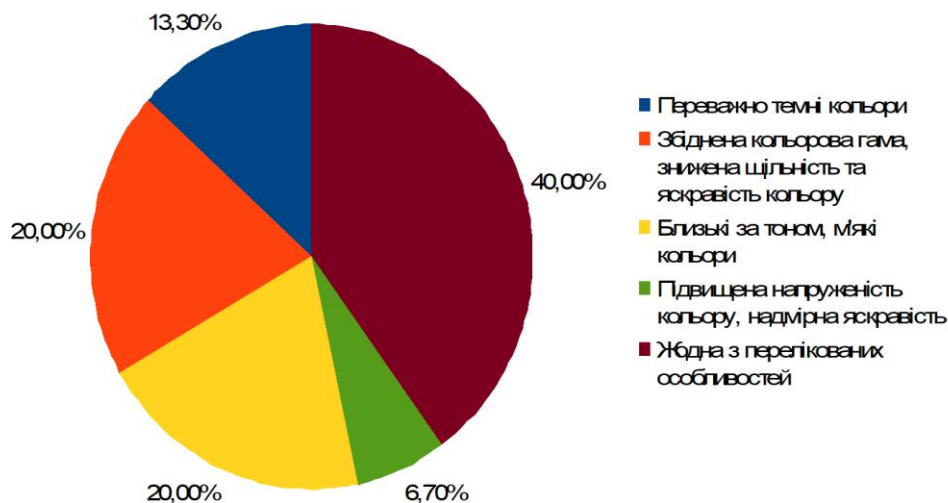


Рис. 2.4 Кольорова тональність малюнка

Повторна діагностика емоційних особливостей виявила, що 13,3% досліджуваних мають ознаку зниженого настрою, ймовірність депресивного або субдепресивного стану; 20% - проявляють загальне зниження активності, астеничний стан; 20 % - мають велику сензитивність, підвищений рівень тривожності; 6,7% - мають підвищений рівень тривоги, або підвищена конфліктність, агресивність. Серед досліджуваних 40% не виявили жодних з перелікованих особливостей.

Наведені результати первинної та вторинної діагностики дають можливість заявити про ефективність психокорекційної програми для розглянутої вибірки.

РОЗДІЛ 3

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ З РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

3.1 Психокорекційна програма з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії

Кожен день дитина стикається з власними емоціями та емоціями інших людей.

Іноколи можна спостерігати як дитина надто емоційно реагує на все. Раз у раз у неї на очах з'являються сльози, а пізніше приступи нестримного сміху. Дитина вчиться керувати своїми емоціями, вона починає їх розрізняти і розуміти, що емоції відповідають певній ситуації. Доки у дитини ще не виходить справлятися з ними, але пройде небагато часу і безтурботне маля стане більш врівноваженим.

Сьомий рік життя для дитини є кризовим. І одним із проявів цієї кризи є емоційна нестійкість. Отже, тут можна говорити про розвиток волі та саморегуляції. Воля, як психічна функція, яка відповідає за контроль своєї поведінки, не виникає сама собою, її потрібно змалку формувати.

Саме воля відповідає за формування таких особистісних якостей, як самостійність, рішучість, цілеспрямованість, відповідальність тощо. Доведено, що можна і необхідно розвивати емоційно-вольову сферу дітей. Для гарного самопочуття та комунікації з іншими, потрібно розуміти як власні емоції, так і емоції співрозмовника, а також мати навички саморегуляції.

Техніки, застосовані в цій програмі творчі та належать до напрямку арт-терапії. Вони допомагають, як в діагностиці, так і корекції поведінки. Багато дітей не здатні висловити свій емоційний стан та переживання словами. Але за

допомогою арт-технік їм легко це зробити. В цьому безперечна перевага цього методу.

Арт-терапія допомагає не тільки висловити почуття, але і навчитися їх розуміти. Використання методів арт-терапії сприяють розвитку емоційно-вольової сфери. Ця психокорекційна програма навчить дітей розрізняти емоції та направляти їх прояви.

Мета: розвиток емоційно-вольової сфери дітей та корекція емоційних порушень, сприяння особистісному зростанню і самовизначенню особистості дитини, а саме, подоланню дитиною емоційних, поведінкових і комунікативних проблем. Створення умов для усвідомлення власних переживань, зрозуміння причин що їх викликають. Розвиток емоційної регуляції поведінки. Розвиток уміння відображати власні емоції та усвідомлювати емоції оточуючих.

Завдання корекційної програми:

1. Ознайомлення дітей з різними емоційними станами.
2. Проведення корекції небажаних емоційних проявів у поведінці та настрої.
3. Навчити прийомам саморегуляції.
4. Формування та розвиток «Я-концепції» особистості дитини.
5. Сприяти підвищенню впевненості в собі, формування стабільної самооцінки.
6. Розвиток та корекція комунікативних навичок.

Організація роботи

Дана програма розрахована на роботу з молодшими школярами (1-5 класи). Передбачається, що заняття проводитимуться один раз на тиждень підгрупами 3-5 осіб., тривалістю 45 хв. Обсяг вибірки - 15 дітей.

Заняття проводитимуться на базі благодійної організації Центр «Нова Надія». Особливістю цього центру є робота з сім'ями, що потрапили в складні

життєві обставини. На базі центру діти відвідують різні заняття, одне з яких присвячено арт-терапії.

Заняття за даною психокорекційною програмою базуються на врахуванні індивідуальних особливостей дітей, їх можливостей та рівня розумового розвитку.

Перелік психодіагностичних методик:

1. Проективна методика Дукаревич М.З. “Малюнок неіснуючої тварини”
2. Тест “Малюнок людини”
3. Тест “Гарний малюнок”

Структура та зміст програми

Етапи реалізації програми:

Програма розрахована на 1 діагностичне та 9 практичних занять, всього 10 академічних годин.

1. Діагностичний блок. (1 год.)
2. Корекційно-розвивальний блок. (9 год.)

Таблиця 3.2

Зміст програми

№	Назва заняття	Мета
1.	Знайомство	<ul style="list-style-type: none"> - створити дружню атмосферу взаємодопомоги, довіри, відкритого спілкування; - зняти зайву напругу; - обговорити та прийняти правила роботи в групі; - зняти нервову напругу.
2.	Діагностика	<ul style="list-style-type: none"> - підтримка дружньої атмосфери взаємодопомоги, довіри, відкритого спілкування;

		<ul style="list-style-type: none"> - закріплення правил роботи в групі; - діагностика особистісних рис.
3.	Розпізнавання емоцій	<ul style="list-style-type: none"> - розвиток групової згуртованості; - вчити дітей відображати та розпізнавати емоції; - розвиток комунікативних навичок в групі; - діагностика емоційних особливостей.
4.	Пісочна та казкотерапія	<ul style="list-style-type: none"> - зняття нервової та м'язової напруги; - розпізнавання власних почуттів та емоцій; - вербалізація почуттів; - розвиток комунікативних навичок; - вчити методам саморегуляції.
5.	Робота зі страхом	<ul style="list-style-type: none"> - стимулювання афективної сфери дитини; - підвищення психічного тону дитини; - подолання негативних переживань, символічне знищення страхів.
6.	Інтуїтивне малювання	<ul style="list-style-type: none"> - підвищення самооцінки дитини; - розвиток уяви та творчих здібностей; - зниження психоемоційного напруження; - розпізнавання власних почуттів та емоцій.
7.	Робота з агресією	<ul style="list-style-type: none"> - навчити дітей безпечними способами висловлювати агресію; - допомогти дитині зрозуміти, яким чином накопичується гнів і як він потім, вириваючись назовні, може травмувати навколишніх, та й саму людину; - активізувати сенсорні канали сприйняття, щоб дитина могла відчутти,

		<p>“почути” роздратування і гнів, і тим самим краще усвідомити їх природу і зміст;</p> <ul style="list-style-type: none"> - показати і навчити безпечним засобам висловлювання почуття гніву і роздратування; - закріплювати отримані знання і навички у повсякденному житті дитини.
8.	Дарувати радість іншим	<ul style="list-style-type: none"> - відпрацювання емоційного стану “радість”; - розвиток творчих здібностей. - розвиток емпатії учасників групи один до одного.
9.	Малювання нитками	<ul style="list-style-type: none"> - розвиток координації рухів; - розвиток творчих здібностей; - розвиток уміння передавати свій емоційний стан через художній образ; - зниження психоемоційного напруження; - підвищення впевненості в собі.
10.	Заключне	<ul style="list-style-type: none"> - закріплення набутих знань та навичок; - розвиток емпатії до інших членів групи; - вербалізація почуттів.

Психокорекційна програма з розвитку емоційно-вольової сфери молодшого шкільного віку засобами арт -терапії у Додатку К.

3.2. Аналіз ефективності психокорекційної програми з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії

При оцінці ефективності психокорекційної програми використовувався метод спостереження в поєднанні з проєктивними методами дослідження особистості (малюнкові тести). Також були використані результати педагогічних спостережень.

Щоб проаналізувати ефективність програми був проведений порівняльний аналіз психодіагностичних методик.

Розглянемо відмінності результатів методики “Малюнок неіснуючої тварини” первинної та вторинної діагностики. Нагадаємо, що для аналізу був обраний критерій - труднощі у спілкуванні. Для більш наочного представлення отриманих даних вони наведені у діаграмі 3.5.

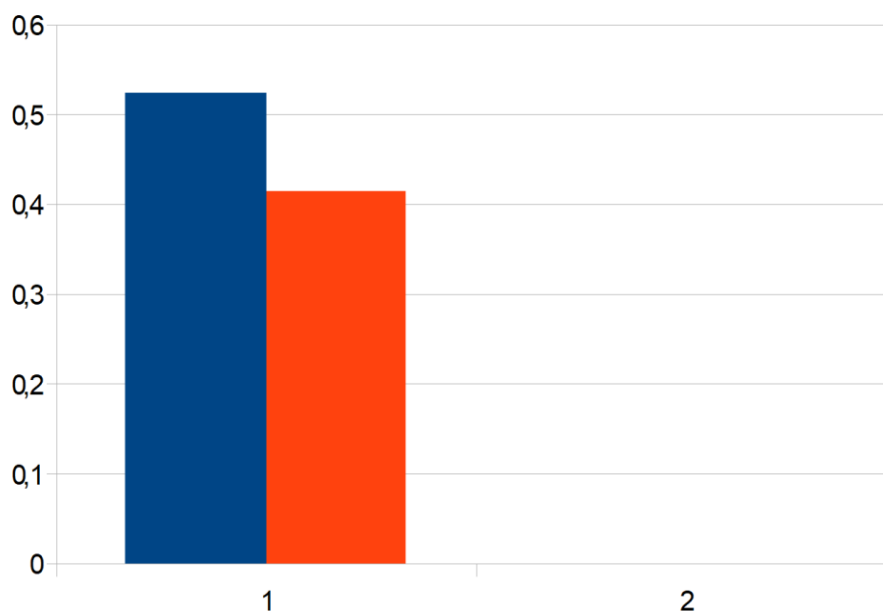


Рис. 3.5 Показник труднощів у спілкуванні у досліджуваних

До проведення психокорекційної програми показник труднощів у спілкуванні у групі дорівнював - 52,5%. Проведення вторинної діагностики

показало результат в 41,6%. Таким чином, ми бачимо що показник знизився на 10,9%. Виявлено значний вплив психокорекційної програми на корекцію розглянутого критерія. Однак треба брати до уваги, що розрахунок був зроблений для конкретної вибірки. Якщо тестування пройде інша група, результат може бути різним.

Наступними розглянемо результати психодіагностичної методики “Малюнок людини”. Тут був проведений кількісний аналіз, порівнювалась кількість дітей, що відповідають або не відповідають віковим нормам. Результати наведені в діаграмі 3.6.

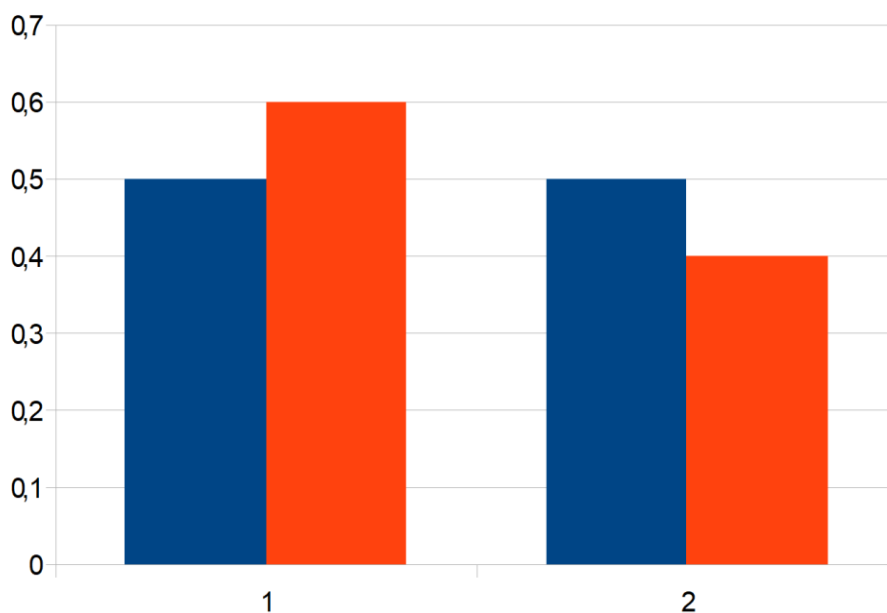


Рис. 3.6 Показники відповідності віковим нормам

Для виявлення зв'язку між зміною відповідності віковим нормам був вимірний відсоток дітей, що відповідають віковим нормам, та відсоток тих, чий бал був недостатнім. У результаті відсоток дітей, що відповідають віковим нормам збільшився з 50% до 60%. Відповідно відсоток дітей, що не відповідають - знизився з 50% до 40%. Якщо взяти до уваги дані первинної та вторинної діагностики, можна побачити, що отриманий бал у багатьох дітей виріс, але він був недостатнім для того, щоб вони відповідали віковим нормам

розвитку. Це дозволяє зазначити, що відбувся певний прогрес і в подальшому це може призвести до ще кращих результатів.

Таким чином виявлено значний вплив психокорекційної програми на розвиток дітей. Можна зробити висновок, що для даної вибірки зміни в розвитку емоційно-вольової сфери відбулись. Можна припустити, що згодом ці зміни прогресуватимуть.

Методика “Гарний малюнок” особливу увагу звертає на тональність малюнка, та визначає емоційні особливості дітей.

За кольорами та загальною тональністю малюнка була визначена приналежність до наступних особливостей: наявність ознак зниженого настрою, ймовірність депресивного або субдепресивного стану; загальне зниження активності, астеничний стан; велика сензитивність, підвищений рівень тривожності; підвищений рівень тривоги, або підвищена конфліктність, агресивність. Також була визначена група дітей, що не відповідають жодним характеристикам.

Розглянемо порівняльний аналіз первинної та вторинної діагностики у діаграмі 3.7.

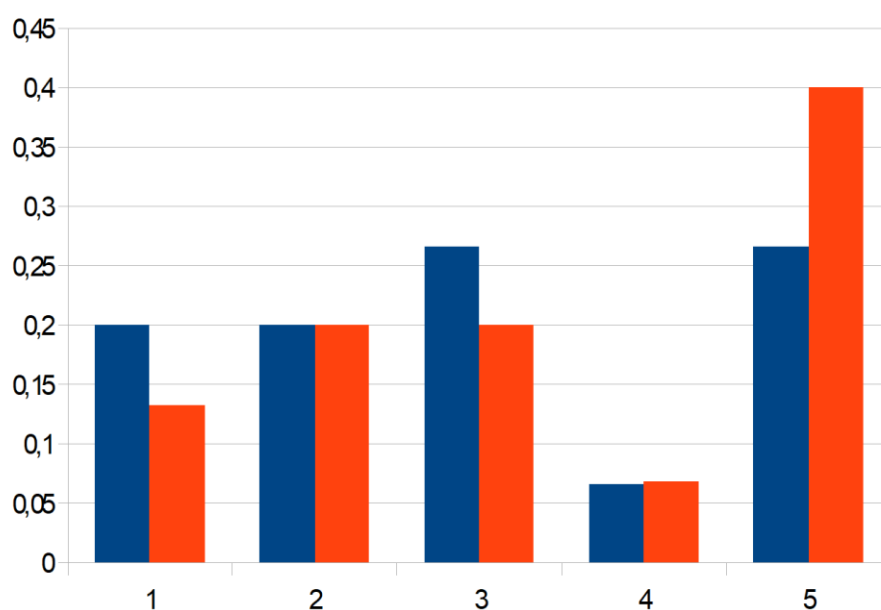


Рис. 3.7 Показники емоційних особливостей

Аналіз показує, що відсоток дітей, що мали ознаки зниженого настрою, ймовірність депресивного або субдепресивного стану знизився на 6,7%. Показник для малюнків з збідненою кольоровою гамою, що вказує на загальне зниження активності, астеничний стан залишився незмінним. Відсоток дітей, що мали ознаки сензитивності, підвищеного рівню тривожності зменшився на 6,7%. Кількість дітей з підвищеним рівень тривоги, або підвищена конфліктність, агресивність збільшилась на 0,1%. Таким чином, відсоток дітей, що не належить до жодних з перелікованих емоційних особливостей виріс на 13,3%. Виявлені дані вказують на покращення емоційного стану дітей.

Одночасно з психодіагностичними методиками для оцінки ефективності програми використовувався метод спостереження. Оцінювались наступні критерії: саморегуляція, вміння справлятися зі складними ситуаціями; комунікабельність; поінформованість дітей про різновид емоцій та почуттів. Для організації даних кожній дитині були виставлені бали від 1 до 10 за кожний з трьох критеріїв.

Для більш наочного представлення отриманих первинних та вторинних даних вони наведені у діаграмі 3.8. В наведеній діаграмі, 1 - це мінімальний бал, 10 балів- максимальний бал за кожний критерій. Відповідно максимальна сума балів за трьом показникам дорівнює 30 балам.

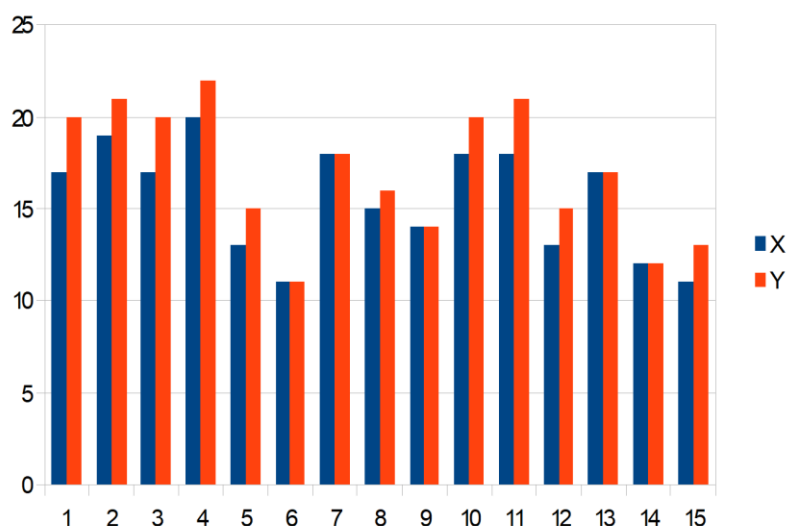


Рис. 3.8 Оцінка досліджуваних

Дана діаграма показує, що після проведення психокорекційної програми показники збільшились. Аналіз ефективності психокорекційної програми визначається досягнутими змінами в поведінці дітей та їх настрої, покращенням навиків саморегуляції. Діти ознайомилися з різними емоційними станами, та краще розуміють свої та емоції оточуючих. Також проходження психокорекційної програми сприяло формуванню та розвитку “Я-концепції” особистості дитини та підвищенню впевненості в собі, формуванню стабільної самооцінки. Завдяки груповій роботі діти розвинули комунікативні навички.

Отримані результати показують ефективність використання психокорекційної програми з розвитку емоційно-вольової сфери дітей засобами арт-терапії. Розкриті лиш деякі загальні напрямки арт-терапії та їх вплив на емоційно-вольову сферу дитини. Подальше дослідження цієї теми є доцільним та може розкривати детально окремі напрямки арт-терапії та їх вплив на розвиток особистості дитини. Також доцільним є дослідження показників інших груп дітей, та того щоб мати повне право підтвердити гіпотезу.

Ґрунтуючись на теоретичному та практичному розділі можна зробити висновок, що арт-терапія як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей буде ефективною та сприятиме зміні небажаної поведінки.

ВИСНОВКИ

Зробивши теоретико-методологічний аналіз, класифікацію та систематизацію наукових джерел, порівняння й узагальнення даних досліджень з теми розвитку емоційно-вольової сфери дітей та арт-терапії, як засобу розвитку, було виявлено прямий зв'язок у використанні засобів арт-терапії для корекції поведінки та розвитку особистості дитини.

Розглядаючи напрями арт-терапії, ми дійшли до висновку, що творчість є дієвим засобом для розвитку емоційно-вольової сфери дітей. Вона дозволяє дитині не тільки проявити свої емоції, але і за допомогою творчості навчитися їх розуміти та регулювати.

Було проаналізовано результати дослідження ефективності психокорекційної програми з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії. Програма мала два блоки: діагностичний та корекційно-розвивальний. Діагностичний блок складався з наступних методик: “Малюнок неіснуючої тварини”, “Малюнок людини”, “Гарний малюнок”. Корекційно-розвивальний блок складався з 9 групових занять, що використовували різні напрями арт-терапії для розвитку емоційно-вольової сфери дітей.

Отже, за допомогою даних досліджень у кваліфікаційній роботі було виявлено ефективність використання арт-терапевтичних методів у роботі з молодшими школярами. Ми переконались, що арт-терапія має переваги перед іншими методами роботи психолога: не має обмежень у використанні, допомагає встановлювати відносини між людьми, розвиває емоційно-вольову сферу особистості, підвищує самооцінку, вчить саморегуляції та допомагає проводити корекцію небажаних проявів. Вона потребує посиленого використання і дослідження у соціально-психологічній сфері.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Джудит А. Рубин. Искусство арт-терапии. Москва : Издательство “Институт общегуманитарных исследований”, 2015. 300 с.
2. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери молодшого школяра / Упоряд. О. А. Атемасова. Харків : Вид-во «Ранок», 2010. 176 с.
3. Выготский, Л.С. Психология развития человека / Л.С. Выготский. Москва : Изд-во Смысл; Эксмо, 2005.
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. СПб. : Серия “Мастер психологии”, 2002.
5. Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. СПб. : Речь, 2003. 54 с.
6. Крамер, Э. Арт-терапия с детьми. /пер. с англ.; вступ. ст. и послесл. Е. Макаровой : 2-е изд., Москва : Генезис, 2014. 320 с.
7. Киселева, А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. Москва : Когито-Центр, 2007.
8. Лебедева, Л.Д. Арт-терапия как педагогическая инновация. Педагогика : 2001. № 10. С. 21-25.
9. Чумаков М.В. Развитие эмоционально-волевой сферы личности: учеб. пособие. Курган : Изд-во Курганского гос. ун-та, 2012.
10. Толстая С.В. Развитие эмоционально-волевой сферы детей младшего школьного возраста техниками арт-терапии : статья : Современное образование Витебщины. № 4(14), 2016.
11. Dushka A.L. PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO CHILDREN WITH DISORDERS OF THE EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE: FAMILY-CENTERED APPROACH // ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И ПРИКЛАДНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ПРАКТИКАХ ВЕДУЩИХ НАУЧНЫХ ШКОЛ : 2014. № 6; URL: fund-issled-intern.esrae.ru/6-82

12. Bowlby J. The creation and destruction of emotional ties. Academic project, 2004. - p. 232.
13. I Ju Chen, Chao Yang Using Drawing As Intervention With Children For In-Service Preschool Teachers: article. Chu Chih Liu.: Journal of College Teaching & Learning, 2010. - p. 8.
14. Психодиагностические методики. Глубинная психология psyoffi ce.ru. URL: <http://www.psyoffi ce.ru/3-0- praktikum-00275.htm>. (дата звернення: 15.08.2021).
15. Полякова Е.А., Мамедова Л.В. Особенности развития эмоционально-волевой сферы младших школьников : статья : Международный журнал Экспериментального Образования № 12, 2016.
16. Изард, К. Э. Психология эмоций. СПб. : Питер, 464 с.
17. Киселева, М. В. Арт-терапия в работе с детьми. СПб. : Речь, 160 с.
18. Лисенкова І.П Інноваційні засоби розвитку емоційної сфери дітей передшкільного віку з легкою розумовою відсталістю. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Харків, 2018. № 64. С. 91-94.
19. Краснопеева Елена Николаевна АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ФОРМА РАЗВИТИЯ И КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ // Наука и образование сегодня. 2020. №12 (59). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-forma-razvitiya-i-korreksii-emotsionalno-volevoy-sfery> (дата обращения: 22.09.2021).
20. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением в практической психологии и педагогике. Психотерапия. 2017. № 9. С. 54-60.
21. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе : Речь, 2007. 336 с, илл.
22. Эмоционально-волевая сфера: статья. URL: https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AD%D0%BC%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE-%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D0%B0%D1%8F_%D1%81%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B0 (дата звернення: 22.09.2021).

23. B. Hoffmann THE ROLE OF EXPRESSIVE THERAPIES IN THERAPEUTIC INTERACTIONS; ART THERAPY - EXPLANATION OF THE CONCEPT. *Trakia Journal of Sciences*. 2016. No 3. pp. 197-202.

24. L. Mynaříková ART-BASED PROGRAM FOR SOCIAL AND EMOTIONAL DEVELOPMENT OF CHILDREN. *US-China Education Review*. 2012. pp. 720-726.

25. P. Gussie Kloker The Effects of Technological Overload on children: An Art Therapist's Perspective. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 2009. No 26(2). pp. 80-82.

26. Айзина Ю.В. Диагностика и коррекция эмоционально-волевой сферы детей из неблагополучных семей : автореф. дис. канд. псих. наук : 19.00.07. Москва, 2002. 13 с.

27. Svitlana Hubina TEACHING ACTIVITIES SELF-REGULATION BY MEANS OF ART THERAPY. *Science and Education*. 2017. Issue 11. pp. 114-119. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-11-15>

28. Славутская Е.В. Исследование интеллектуальных показателей младших подростков при развивающем воздействии на их эмоционально-волевую сферу. *Известия Саратовского университета*. 2011. № 2. С. 76-81.

29. Стельмах О.Д. Особенности психокоррекционных занятий в различных игровых группах. *Психология развития*. 2013. № 1(52). С. 76-80.

30. Басов М. Воля как предмет функциональной психологии. СПб. : Алетейя, 2007. 544 с.

31. Ятчук Т.М. Специфіка діагностики емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2018. Том 2. №1. С. 51-55.

32. Колягина В.Г. Арт-терапевтическая программа психокоррекционной работы по нормализации эмоционально-личностной сферы заикающихся дошкольников. *Электронный журнал "Клиническая и специальная психология"*. 2015. Том 4. № 2. С. 98-114.

33. Сапожников С. В., Волкова Н. П., Бикова В. О. Дипломна робота магістра: організація та методика проведення науковопсихологічного дослідження : навч.-метод. посіб. Дніпропетровськ : Ун т ім. Альфреда Нобеля, 2015. 43 с.
34. Соловійов С. М. Основи наукових досліджень : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 176 с.
35. Стеченко Д. М., Чмир О. С. Методологія наукових досліджень : підручник. Київ : Знання, 2005. 309 с.
36. Стратегія розвитку Запорізького національного університету на 2018–2022 роки : затв. Рішенням Вченої ради ЗНУ від 22.02.2018, № 6; редакція від 26.05.2020. Запоріжжя: ЗНУ, 2018. 18 с.
37. Технологія наукових досліджень (схеми та приклади): навч. посіб. /уклад. М. С. Дороніна. Харків : ІНЖЕК, 2005. 64 с.
38. Горбань Г.О., Губа Н.О., Мосол Н.О., Неманежина А.О. Кваліфікаційна робота з психології: навчально-методичний посібник для здобувачів вищої освіти першого бакалаврського і другого магістерського рівнів, що зазначаються за освітньою програмою “Психологія”. Запоріжжя : ЗНУ, 2020. 150 с.
39. Вальдес Одрисола М.С. Формирование эмоционально-волевой сферы у школьников с проблемами в развитии средствами арттерапии: Методическое пособие для педагогов. Москва : Гном и Д, 2004. 64 с.
40. Стешенко А.Н. Использование метода арт-терапии в работе педагога-психолога детского дома (из опыта работы) / А.Н. Стешенко, Е.Л. Буршит. Уникальные исследования XXI века. 2015. №4. С.137-139. URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=23420478>
41. Онишина В. Методика работы со сказкой как способ арт-терапевтических воздействий. Коррекционно-развивающее образование. 2012. №4. С.35-42.
42. Климашева С.Б. Инновационные технологии в арт-терапии / С.Б. Климашева, З.В. Костерина. Проблемы подготовки специалистов в области

реабилитации, профессиональной реабилитации и образования инвалидов с использованием инновационных технологий : мат. науч.-практич. конф. (8 апр. 2010 г.). Санкт-Петербург, 2010. С.99-100.

43. Kalinina O. S., Svistunova E. V. Correction of emotional-volitional personality sphere of children with hyperkinetic disorder. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological Science and Education*, 2009. Vol. 14, no. 5, pp. 89–96.

44. Morrison A., Understanding Children's Art Making Preferences: Implications for Art Therapy. *Expressive Therapies Dissertations*. 2013. 26. URL: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_dissertations/26

45. Kaz'mina Y. E., TREATMENT OF EMOTIONAL-VOLITIONAL DISORDERS IN CHILDREN WITH ALALIA UNDER THE CONDITIONS OF REHABILITATION CENTER. *Special Education*. 2018. No 4. P. 46-53.

46. Nesterova A.A., Aysina R. M., Suslova T. F. Recent Technologies to Improving Social and Communication Skills in Children with ASD: Systematization of Approaches and Methods. *Modern Applied Science*. 2015. Vol. 9, No 11. URL: <http://dx.doi.org/10.5539/mas.v9n11p38>

47. Kostyunina N. Y., Drozdikova-Zaripova A. R. Adolescents` School Anxiety Correction by Means of Mandala Art Therapy. *International Journal of Environmental & Science Education*. 2016. 11(6), P. 1105-1116.

48. Mynarikova L. Art-Based Program for Social and Emotional Development of Children. *US-China Education Review A* 8. 2012. P. 720-726.

49. Третинникова В.С. Развитие эмоционально-волевой сферы дошкольников // Социальная сеть работников образования nsportal.ru. 2014. URL: <http://nsportal.ru/detskiysad/materialy-dlya-roditeley/2014/02/23/razvitiemotsionalno-volevoy-sfery-doshkolnika>. (дата звертания 29.09.21)

50. Крамер, Э. Арт-терапия с детьми: пер. с англ. / Э. Крамер; вступ.ст. и послесл. Е. Макаровой: 2-е изд. Москва : Генезис, 2014. 320 с.

51. Кравцова Е.Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе. Москва : Педагогика, 2007. 200 с.

52. Выготский Л.С. Педагогическая психология. Москва : Педагогика Пресс, 1999. 400 с.
53. Дубровина И.В. Младший школьник. Развитие познавательных способностей. Москва : Просвещение, 2003. 315 с.
54. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. Москва, 2000. 215 с.
55. Коцарева Виктория Викторовна Формирование личности в младшем школьном возрасте // IN SITU. 2016. №12. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-lichnosti-v-mladshem-shkolnom-vovraste> (дата обращения: 22.09.2021).
56. М.В.Чумаков. Некоторые подходы к изучению эмоционально волевой сферы личности. Курган : 2012. 6 с.
57. Скляр Л.В. Основні методи арт-терапії у роботі практичного психолога : метод. рекомендації. Харків: 2019. URL: <https://naurok.com.ua/osnovni-metodi-art-terapi-u-roboti-praktichnogo-psihologa-119428.html>
58. Сакович Н.А. Методичка по арт-терапії. URL: <http://www.twirpx.com/file/288582/>. (дата обращения 22.09.2021)
59. Артпедагогика и арт-терапия в специальном образовании: учебник для вузов / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. Москва : Академия, 2001. 248 с.
60. Копытин А. И. Основы арт-терапии. СПб. : Лань, 1999. 251 с.
61. Колошина Т. Ю. Арт-терапия. Методические рекомендации / Т. Ю. Колошина. URL : <http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=3750902>. - Загл. с экрана. (дата обращения: 10.09.21).
62. Тарарина Е. Практикум по арт-терапии : шкатулка мастера : науч. метод. пособ.. - 4-е изд., дополн. Киев : АСТАМИР-В, 2017. 244 с.
63. Застосування арт терапії в логопедичній роботі з дошкільниками та молодшими школярами : навч.-метод. посіб. / В. А. Литвиненко ; Сум. держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2011. 111 с. : іл., табл.

64. Тараріна О.В. Арт-коучінг. Техніки простих рішень. Київ : Астамір-В, 2015.
65. Тараріна О.В. Арт-кухня: чарівні рецепти. Л., 2014.
66. Тараріна О.В. Глибинна арт-терапія: практики трансформацій. Київ : Астамір-В, 2017.
67. Тараріна О.В. Людина, що звучить. Практикум з музичної терапії. Київ : Астамір-В, 2017.
68. Тараріна О.В. Пісочна терапія: практичний старт. Київ : Астамір-В, 2017.
69. Тараріна О.В. Практикум з арт-терапії в роботі з дітьми. Київ : Астамір-В, 2018.
70. Тараріна О.В. Супервізія в арт-терапії: складні випадки та делікатні теми в роботі психолога. Київ : Астамір-В, 2018.
71. Тараріна О.В. Тканева терапія в роботі з різними категоріями клієнтів. Київ : Астамір-В, 2016.
72. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології. Випуск 2 .Зоряна Михальська - Арт-терапевтичні аспекти роботи з каменем. Тернопіль, 2016. 229-237 с.
73. Пурнис Н.Е. "Арт-терапия. Аспекты трансперсональной психологии". СПб. : Речь, 2008.
74. Сусанина И. "Введение в арт-терапию". Когито, 2007. 8.
75. Зинкевич-Евстегнеева, Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. СПб. : Речь, 2010. 340 с.
76. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольных учреждений. СПб. : Речь: М. : Сфера, 2011. 61 с.
77. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб. : Речь, 2008. 176 с.
78. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арттерапии. СПб. : Речь, 2010. 256 с.

79. Практикум по арт-терапии / Под ред. А. И. Копытина. СПб. : Питер, 2000, с. 437 – 438, 440. 17.

80. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Практикум по креативной терапии. СПб. : Речь, 2001. С. 149 –150.

81. Арт-терапия с детьми / Э. Крамер ; пер. с англ. Г. Ниловой, Е. Продайковой. Москва : Генезис, 2013. 320 с.

82. Кара Жанна Юрьевна Особенности арт-терапии // Северо-Кавказский психологический вестник. 2010. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-art-terapii> (дата обращения: 29.11.2021).

83. Сергеева Наталья Юрьевна Арт-педагогика и арт-терапия: к вопросу о разграничении понятий. Ученые записки ЗабГУ. Серия: Педагогические науки. 2016. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-pedagogika-i-art-terapiya-k-voprosu-o-razgranichenii-ponyatiy> (дата обращения: 29.11.2021).

84. Платонова А. В. Арт-терапия в работе психолога // Вестник СМУС74. 2014. №1 (4). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-v-rabote-psihologa> (дата обращения: 29.11.2021).

85. Бросова Татьяна Владимировна Песочная терапия один из методов арт-терапии // Проблемы Науки. 2015. №3 (33). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pesochnaya-terapiya-odin-iz-metodov-art-terapii> (дата обращения: 29.11.2021).

86. Чащина Ольга Владимировна Арт-терапия и ее применение в психологии // The Newman in Foreign policy. 2016. №34 (78). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-i-ee-primenenie-v-psihologii> (дата обращения: 29.11.2021).

87. Киселева Татьяна Юрьевна, Беловолова Светлана Павловна Арт-терапия как психолого- педагогическая технология. *Сибирский педагогический журнал*. 2010. №11. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-psihologo-pedagogicheskaya-tehnologiya> (дата обращения: 29.11.2021).

88. Володина Ксения Андреевна Применение арт-терапии в деятельности практического психолога в организации. Организационная психология. 2017. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-art-terapii-v-deyatelnosti-prakticheskogo-psihologa-v-organizatsii> (дата обращения: 29.11.2021).

89. Торицына Ольга Сергеевна АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ. Проблемы педагогики. 2021. №3 (54). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-metod-korreksii> (дата обращения: 29.11.2021).

90. Кильдишова А.С АРТ-ТЕРАПИЯ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ ЧЕЛОВЕКА. Психологические проблемы смысла жизни и акме. 2021. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-i-lichnostnyy-rost-cheloveka> (дата обращения: 29.11.2021).

91. Э'Коурт Беверли ИСКУССТВО НЕЖНОСТИ: ВОПЛОЩЕННАЯ МУДРОСТЬ В ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ АРТ-ТЕРАПИИ. Экопозис: экогуманитарные теория и практика. 2021. №2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-nezhnosti-voploschennaya-mudrost-v-ekologicheskoy-art-terapii> (дата обращения: 29.11.2021).

92. Л.О. Албакова, З.А. Арскиева АРТ-ТЕРАПИЯ КАК УНИКАЛЬНЫЙ МЕТОД КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА // МНКО. 2021. №4 (89). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-unikalnyy-metod-korreksii-trevozhnosti-u-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 29.11.2021).

93. Макнифф Шон ПЕРЕСМОТР ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ИСКУССТВЕ И ПРИРОДЕ: НА ПУТИ К ГЛУБИННОЙ ПСИХОЛОГИИ ТВОРЕНИЯ. Экопозис: экогуманитарные теория и практика. 2021. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/peresmotr-predstavleniy-ob-iskusstve-i-prirode-na-puti-k-glubinnoy-psihologii-tvoreniya> (дата обращения: 29.11.2021).

94. Журабек Тураевич Ярашев МУЗЫКАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ // Scientific progress. 2021. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/muzykalnaya-terapiya> (дата обращения: 29.11.2021).

95. Зорина Наталья Николаевна ВОЗМОЖНОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА. Проблемы современного педагогического образования. 2021. №71-1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vozmozhnosti-razvitiya-emotsionalnogo-intellekta> (дата обращения: 29.11.2021).

96. Калениченко А.Б., Родермель Т.А. АРТТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ, ИМЕЮЩИХ ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ // Norwegian Journal of Development of the International Science. 2021. №57-2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/artterapevticheskie-metody-v-rabote-s-podrostkami-imeyuschih-deviantnoe-povedenie> (дата обращения: 29.11.2021).

97. Королева Наталия Ивановна, Воспитанник Ирина Владимировна, Харитоновна Татьяна Сергеевна РОЛЬ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДИК В ПОЗИТИВАЦИИ Я-КОНЦЕПЦИИ ЛИЧНОСТИ. Ученые записки университета Лесгафта. 2021. №1 (191). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-art-terapevticheskikh-metodik-v-pozitivatsii-ya-kontseptsii-lichnosti> (дата обращения: 29.11.2021).

98. Чмелева З.А. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ МУЗЫКОТЕРАПИИ. *Международный журнал гуманитарных и естественных наук*. 2021. №5-3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskie-usloviya-emotsionalnogo-razvitiya-mladshih-shkolnikov-sredstvami-muzykoterapii> (дата обращения: 29.11.2021).

99. Васильева Айтилина Николаевна, Егорова Зоя Никитична КОРРЕКЦИЯ ТРЕВОЖНОСТИ У ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ. Проблемы современного педагогического образования. 2019. №65-

1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/korreksiya-trevozhnosti-u-podrostkov-sredstvami-art-terapii> (дата обращения: 29.11.2021).

100. Бектаева Айгерим Эриковна Искусство как терапия души и тела: взгляд художника. *Вестник науки и образования*. 2020. №2-1 (80). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/iskusstvo-kak-terapiya-dushi-i-tela-vzglyad-hudozhnika> (дата обращения: 29.11.2021).

101. Моминова Хижран Элдаровна Роль арт - терапии в работе психолога дошкольного учреждения. *Science and Education*. 2020. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rol-art-terapii-v-rabote-psihologa-doshkolnogo-uchrezhdeniya> (дата обращения: 29.11.2021).

Інтерпретація проєктивної методики “Неіснуюча тварина”

Тип тварини

Реально існуюча – інтелектуальне або емоційне порушення; гостра тривога; іноді психічне захворювання (з семирічного віку). Це говорить про відсутність фантазії, творчого початку або повного небажання малювати, брати участь у тестуванні.

Людиноподібна – незадоволеність потреби в спілкуванні; типово для підліткового віку.

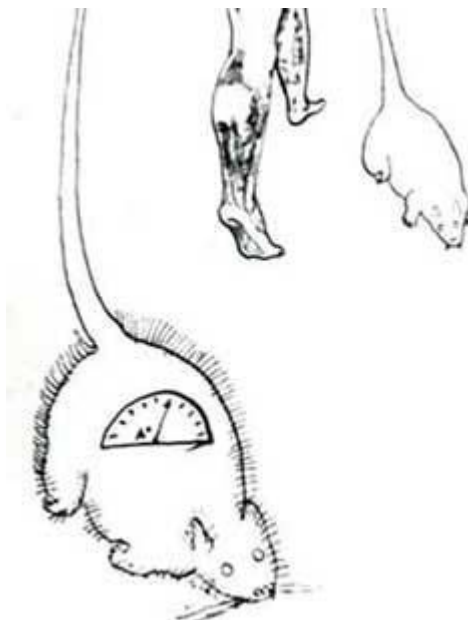
Існуюча раніше (наприклад, динозавр) або існуюча в культурі (наприклад, дракон) – бідність уяви; низький загальнокультурний рівень; іноді педагогічна занедбаність (з семирічного віку).

Сконструйована з частин різних тварин, яка відповідає стандартній схемі тварини – раціоналістичний, нетворчий підхід до задачі.

Цілісна, побудована за стандартною схемою з головою, тулубом, кінцівками – художній, але в цілому стандартний підхід до задачі.

Побудована за оригінальною схемою, що не нагадує звичайних тварин – творчий підхід до задачі; низька конформність.

Надоригінальна, вигадлива – демонстративність; шизоїдність.



Наявність механічних деталей, вмонтованих в тварину найчастіше скаже про проблеми з психікою. Психологу реба звернути увагу на випадки вмонтування механічних частин в тіло “тварини” – постановка тварини на постамент, тракторні або танкові гусениці, триніжок; прикріплення до голови пропелера, гвинта; вмонтування в око електролампи, в тіло і кінцівки тварини – рукоятки, клавіші і антени. Це зазвичай відзначається у людей, схильних до оригінальних суджень, інакомислення, що мають шизоїдні тенденції.

З кінцівками, спрямованими назовні – екстравертність.

Замкнутий, без кінцівок або з кінцівками, спрямованими до тіла – інтровертованість.

Фігура кола (особливо – нічим не заповненого) символізує і виражає тенденцію до скритності, замкнутість, закритість свого внутрішнього світу, небажання давати відомості про себе оточуючим, нарешті, небажання піддаватися тестуванню. Такі малюнки зазвичай дають дуже обмежену кількість даних для аналізу.

Можна умовно розділити тварин на: **загрозливих** (вовк, лев...), **унікаючих** (заєць...) і **нейтральних** (мураха, равлик...). Вибір типу тварини говорить про ставлення до власної особистості, до свого «Я». Людина вибирає той тип тварини, з якою себе ідентифікує. З іншого боку, так як тварина – це символ самого себе, то і розподіл тварин на хижаків і нешкідливих, дає уявлення про

ставлення людини до світу – завойовник і сильний звір або слабка боязка жертва.

Положення малюнка

У нормі малюнок має бути розташований **по середній лінії** вертикально поставленого аркуша.

Розташування малюнка **ближче до верхнього краю** аркуша (чим ближче, тим більш виражено) трактується як завищена самооцінка, як невдоволення своїм становищем в соціумі, почуття недостатності визнання з боку оточуючих, тенденція до самоствердження.

Якщо малюнок розташований **в нижній частині**, то зворотна тенденція: непевненість у собі, низька самооцінка, пригніченість, нерішучість, незацікавленість у своєму положенні в соціумі, у визнанні, відсутність тенденції до самоствердження.

Центр фігури (зазвичай голова)

Якщо **голова дивиться вправо** – людина орієнтується більше на практичну діяльність, реалізацію планів. Їй не властиві голослівні заяви.



Голова дивиться вліво – досліджуваний більше міркує, обмірковує, ніж робить. Лише невелика частина планів реалізовується. Мають місце часті

нерішучість, страх діяльності, багатогодинні переживання з приводу правильності рішення.

Голова дивиться прямо – властивий егоцентризм.

Більш ніж 1 голова – наявність внутрішніх суперечностей, протилежно спрямованих тенденцій, іноді внутрішній конфлікт.

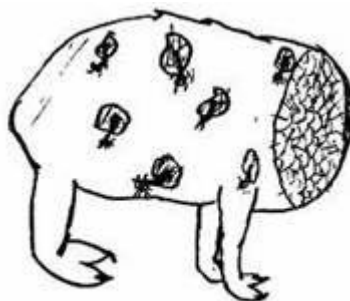


Рис. 118. Виполнен Павлом П., 16 л. 0 мес.
Злое животное

Голова відсутня – імпульсивність, іноді психічне захворювання.

Форма голови грубо спотворена – органічне ураження мозку, іноді психічне захворювання.

Більш велика голова, ніж треба – людиною більше цінується раціональне, корисне, на перше місце ставиться розум, широка ерудиція.

Очі символізують страхи людини. Вони особливо виражені, якщо видно промальовування райдужки. **Вії** вказують на демонстративність в характері, бажання загальної уваги і захоплення. **Закриті очі** – труднощі в спілкуванні, безпорадність.

Відсутні очі – аутизація, астенія.

При промальовуванні **органів слуху** – зацікавленість в інформації, значимість думки оточуючих про себе.



Рот, як орган поглинання вказує на «апетит» Неіснуючої тварини, на вираженість тенденції «присвоєння» їжі, а в символічному плані – речей, предметів. **Великий, часто відкритий рот** вказує на балакучість суб'єкта. **Вискалені зуби, відкритий, затушований рот, висунутий, роздвоєний язик / жало /** – ознака вербальної агресивності, уїдливості висловлювань. **Наявність зубів** на малюнку – показник вербальної агресії, людина захищається від нападок, критики часто грубістю. **Рот щілеподібний, у вигляді літери «О», відкритий як для крику** – ознака утрудненого спілкування, тривожності, потреби в допомозі, схильність до висловлення скарг.

Якщо сильно **промальовані губи** – чуттєвість.

Округлий рот символізує тривожність.

Довгий ніс – прагнення розширювати свої можливості.

Обмеженість кількості і розмірів органів чуття (їх повна відсутність) – інтровертованість, зосередженість на собі. Шизоїдні тенденції.



Рис. 83. Выполнен Юлией Т., 15 л. 10 мес. Нечелювствующее животное — рав

З'єднання тулуба і голови – показник надійності, захищеності або незахищеності /при тонкій шії/. **Довга шия** може трактуватися і як прагнення до розширення своїх можливостей – так само як і ніс.

Наявність на малюнку **рогів** говорить про агресію, захист. Особливо, якщо вони присутні разом з іншими агресивними елементами (**нігті, голки, щетина**). **Пір'я** свідчить про деяку демонстративність. **Шерсть, грива, зачіска** вказують на чуттєвість.

Різноманітність кінцівок – прояв творчої активності, їх химерне поєднання – оригінальність мислення, вільнодумство. **Ретельне з'єднання з тулубом** – ґрунтовність і продуманість поведінки.



Крила: мрійливість, прагнення піти від повсякденної рутини, пошук себе.

Ноги (або елементи, які їх замінюють). Якщо **основа міцна**, стійка, вона скаже психологу про ґрунтовність, раціональність, виваженість її власника. Якщо ж **ніжки маленькі або тонкі** – можлива поверховість суджень, часто імпульсивність, легковажність.

Відсутність ніг, їх недостатня кількість або явна слабкість на малюнку – низька побутова орієнтація, пасивність або невмілість у соціальних відносинах. Особливо **великі (товсті) ноги або їх надмірна кількість** – потреба в опорі, відчуття своєї недостатньої вмілості в соціальних відносинах.

Варто звернути увагу на **кріплення ніг до корпусу**, якщо промальовування недбале, **слабке** – малий контроль за своїми рішеннями і зробленими висновками. Якщо **кінцівки основи однотипні і односпрямовані** – для людини характерні конформізм, банальність.

Якщо в малюнку неіснуючої тварини присутні **багато різноманітних несучих деталей**, то такій людині властиві творче начало, самостійність у судженнях і установах.



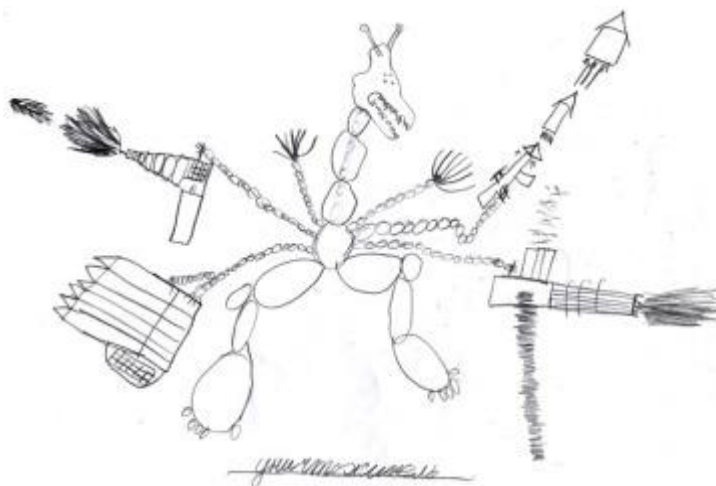
Хвіст: висловлює ставлення до себе, своїх дій /направлений вправо/ або думок /вліво/. **Піднятий вгору пишний хвіст** – бадьорість, впевненість; **опущений вниз «падаючий»** – невпевненість, виснаженість. **Довгий, звивистий, роздвоєний хвіст** – амбівалентність самооцінки, внутрішній конфлікт.

Товстий хвіст – висока значимість сексуальної сфери.

Контур тварини

Гострі кути, штрихування – агресивний захист, досить великий страх і тривога, якщо є обведення ліній по контуру (подвійна лінія) – підозрілість і острах.

Грає роль і «**напрямок**» захисту. **Вгору** – значить, людина захищається від вищестоящих людей (вчителів, начальників, строгих батьків). **Вниз** – від невизнання однолітків, насмішок, страх осуду.



Напрямок захисних елементів в різні боки скаже про готовність до захисту в будь-якій ситуації, хронічну настороженість.

Загальні доповнення

Енергія досліджуваного залежить від кількості зображених деталей, **якщо тільки необхідні деталі** – економія витрат енергії, схильність до астенії, хронічні захворювання. **Якщо промальовано багато різних деталей** (крила, пір'я, бантики, ще одні ноги або лапи, кучері, квіти і різні інші прикрашаючі деталі) це говорить про впевненість в собі, про високий рівень енергії, яку людина вміє розподіляти в різні сфери діяльності. **Натиск на олівець** теж важливий, якщо людина **сильно продавлює папір** – велика тривожність. Якщо тільки **один елемент малюнка різко продавлений** – це скаже, на що саме більше всього спрямована тривога, негативні емоції.

Сексуальна атрибутика на малюнку неіснуючої тварини говорить про проблему в сексуальній сфері, неможливості налагодити контакт з протилежною статтю. Слід звернути увагу також на акцентування сексуальних

ознак – **вимені, сосків, грудей у людиноподібної фігури та ін.** Це може означати фіксацію на проблемі сексу.



Прикраси: візерунок на шкірі, хвіст павича, вії – демонстративність.

Рани, шрами – невротичний стан, іноді психічне захворювання.

Внутрішні органи, анатомічні деталі, кровоносні судини – іпохондрія, невротичний стан, іноді психічне захворювання.

Ступінь **агресивності** виражена кількістю, розташуванням і характером кутів у малюнку, незалежно від їх зв'язку з тією чи іншою деталлю зображення. Особливо вагомі в цьому відношенні прямі символи агресії – пазурі, зуби, дзьоби.

Луска, панцир – потреба в захисті, боязнь агресії.

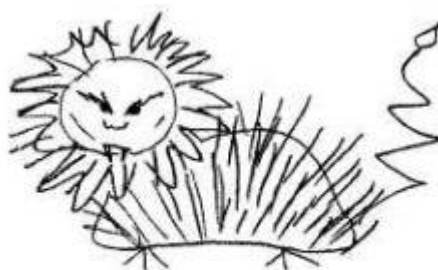


Рис. 124. Выполнен Ульяной В., 20 лет. Злое животное — ежико-лев

Голки, шипи і т.п. – захисна агресія.

Гострі роги, кігті, ікла (вилазять з рота), гострі нарости – агресивність.

Зброя, ріжуче, колюче або рубаюче знаряддя – агресивність.

Акцентування органів виділення (задній прохід, дефекація) вказує на нехтування нормами поведінки, схильність до хуліганських дій.

Назва – просто звуки, без осмислення повідають про деяку поверховність, легковажність; **слова з латинськими закінченнями, наукові** вказують на пріоритетність розуму, широкої ерудиції для людини і про демонстрацію переваги розуму; **повторювані звукові елементи** – про інфантильність; **надзвичайно довга назва** означає схильність до фантазування; **раціональне з'єднання частин слова за змістом** – практичність людини.

Аналіз оповідання

Оповідання відповідає малюнку – показник логічності мислення. **Невідповідність малюнку** – іноді порушення логічного мислення. **Особливо докладний, з ідеалізацією**, вказівкою на красу чи винятковість тварини малюнок – ознака демонстративності; схильність до компенсаторного фантазування.

Місце життя

Ізольоване (печера, скелі, інша планета, космос) – брак спілкування, почуття самотності;

Згадка про важкість досяжності (непрохідна гущавина, гори, в яких немає дороги) – боязнь агресії, потреба в захисті;

Екзотичне (острів Мадагаскар, зачарований ліс) – демонстративність;

Емоційно неприємне (болото, бруд) – невротичний стан; низька соціалізованість; іноді психічне захворювання.

Харчування

Явно неїстівні речі (каміння, скло, метал) – низька соціалізованість, порушення спілкування;

Особливо великі об'єкти (гори, дерева, будинки) або твердження про те, що тварина їсть все – імпульсивність; низька соціалізованість;

Люди – негативізм; асоціальність або антисоціальність; агресивність;

Докладний опис поїдання жертв – агресивність;

Емоційно неприємна їжа (черв'яки, бруд, слиз) – невротичний стан; іноді психічне захворювання;

Кров, окремі частини та органи живих істот (серце, мозок) – невротична агресія;

Не харчується нічим або харчується повітрям, енергією – інтровертованість; іноді шизоїдність.

Улюблене заняття або тим чим зазвичай займається тварина

Грає, гуляє, розважається – пряма проекція своїх бажань;

Постійно зайнята пошуками їжі – відчуття труднощів і одноманітності життя;

Ламає дерева, топче будинки – негативізм; асоціальність або антисоціальність; агресивність; іноді психічне захворювання;

Багато спить – втома; астеничний стан.

Друзі

Відсутні – почуття самотності;

Всі оточуючі, без конкретизації – висока незадоволена потреба в спілкуванні;

Злі, агресивні персонажі (акули, крокодили, дракони) – негативізм; асоціальність або антисоціальність; агресивність.

Вороги

Дуже багато або повна відсутність – боязнь агресії.

Всі оточуючі – негативізм; асоціальність або антисоціальність.

Опис способів захисту від небезпеки, вказівка на гігантський її розмір – тривожність, боязнь агресії.

Особливо довгий перелік страхів; страхи, нетипові для тварин (темрява, смерть, комахи) – страхи, невротичний стан.

Тема розмноження – значимість сексуальної сфери.

Безстатеві форми розмноження – напружене, внутрішньо конфліктне ставлення до сексуальної сфери.

Бажання тварини

Мати друзів – брак спілкування.

Не мати ворогів – боязнь агресії; іноді настороженість, підозрілість.

Щоб його не боялися – боязнь агресії.

Стати звичайною твариною, стати людиною – емоційний дискомфорт, пов'язаний з відчуттям своєї відмінності від оточуючих;

Стати більшим за розміром – відчуття своєї малої значимості; боязнь агресії, потреба в захисті.

Інтерпретація додаткових завдань

Найбільш зла і найстрашніша тварина порівняно зі звичайною Неіснуючою твариною

Позбавлене ознак агресивності – прагнення приховати свої агресивні тенденції, іноді повна відсутність агресивності.

З ознак агресивності присутні тільки зуби – схильність до вербальної агресії: грубості, крику, погроз.

Особливо виражена агресивна символіка: гострі роги, зброя – висока агресивність.

Те ж, в поєднанні з ознаками високої тривожності: штрихуванням малюнка, численними виправленнями – невротична агресія як реакція на відчуття емоційного дискомфорту.

Голки, шипи та інші оборонні засоби – боязнь нападу і схильність до захисної агресії.

Великі очі з радужкою замальованою чорним – боязнь агресії.

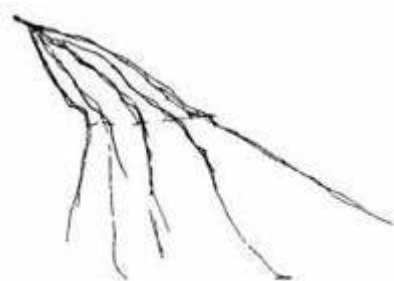


Рис. 103. Выполнен Татьяной Н., 21 года. Злое животное

Розпад форми, поява невротичних ознак: зображення внутрішніх органів, кровоносних судин – низька стійкість до стресу, невротична реакція на стрес; іноді психічне захворювання.

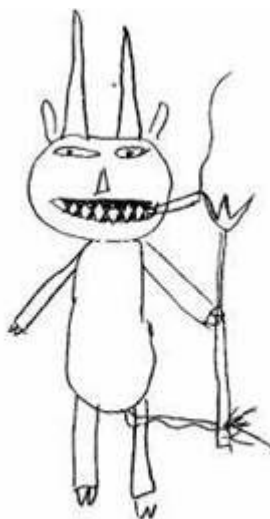


Рис. 113. Выполнен Даней П., 14 л. 5 мес. Злое животное — черт

Асоціальна символіка: сигарета, чарка, тварина у вигляді чорта або баби-яги – негативістичні, іноді психопатичні або психопатоподібні реакції на конфліктну ситуацію, загрозу агресії, стресову ситуацію.

Чітка впевнена лінія – висока опірність стресу, здатність ефективно діяти в стресових ситуаціях.



Рис. 82. Выполнен Костей Д., 15 л. 5 мес. Счастлиное животное

Щаслива тварина в порівнянні зі звичайною

Завжди забезпечена їжею – висока значимість матеріальних цінностей; відчуття побутового неблагополуччя; уявлення про ненадійність свого матеріального становища.

Захищена від будь-яких ворогів або не має ворогів – боязнь агресії; іноді насторожене ставлення до оточуючих.

Якщо здатна жити усюди (на землі, у воді, в повітрі) – висока цінність свободи; прагнення до незалежності, самостійності.

Живе вічно або дуже довго – іпохондричні тенденції; іноді страх хвороби, смерті.

Має багато друзів – висока цінність спілкування; незадоволена потреба в спілкуванні.

Її всі люблять – висока цінність емоційних зв'язків.

Доставляє радість іншим – висока цінність спілкування; іноді гіперсоціальність; прагнення справити хороше враження на психолога.

Красива, розумна – висока цінність відповідних якостей; сумнів у наявності цих якостей у себе.

Щаслива без певного приводу (просто так) – низький рівень розуміння себе, труднощі в усвідомленні своїх емоційних станів; іноді схильність до зниження настрою.

Нещасна тварина в порівнянні зі звичайною

Розмір сильно зменшений – приховані депресивні тенденції; схильність до депресивної реакції на несприятливу ситуацію.



Рис. 116. Виполнен Андреем Р., 15 л. 7 мес.
Несчастное животное — мутант

Ознаки тривоги: штрихування, множинні лінії, розпад цілісної форми, поява ліній, що не відносяться до основного зображення – низька стійкість до стресу; схильність до сильного підвищення рівня тривоги в несприятливих ситуаціях.

Штриховка з сильним натиском, темна частин малюнка – низька стійкість до стресу; схильність до появи високої емоційної напруженості в несприятливих ситуаціях.

Підкреслений контур – тенденція до контролю за своїми емоційними станами.

Живе одна, не має друзів – почуття самотності, незадоволена потреба в спілкуванні.

Її ніхто не любить – незадоволена потреба в емоційному контакті.

Хворіє, вмирає – іпохондричні тенденції; депресивні тенденції; іноді страх смерті.

Погано пристосована до життя: насилу пересувається, витрачає дуже багато часу на добування їжі – відчуття труднощів життя; низький рівень соціальної адаптації.

Нещасна тварина без причини – схильність до зниження настрою; іноді депресивний стан; низький рівень розуміння себе, труднощі в усвідомленні своїх емоційних станів.

**Наявність ознак труднощів у спілкуванні у досліджуваних
за методикою “Малюнок неіснуючої тварини”**

Особливість і малюнка	Людиноподібний тип тварини	Закриті очі	Щілеподібний рот у вигляді літери «О»	Відсутність ніг, їх недостатня кількість або явна слабкість	Великі товсті ноги, їх надмірна кількість	Ізольоване місце проживання	Харчування неістівними речами	Має багато друзів
Кількість дітей	10	7	8	5	10	7	6	10

Результати тесту “Малюнок людини”

№	Ім'я учасника	Вік	Кількість балів, відповідний рівень
1	Ситнік Дем'ян	7	15 балів (III рівень)
2	Бойко Анастасія	7	13 балів (III рівень)
3	Лисенко Андрій	10	15 балів (III рівень)
4	Лазунова Діана	5	10 балів (II рівень)
5	Моргун Віталій	6	4 бала (I рівень)
6	Панченко Вероніка	10	16 балів (III рівень)
7	Светлічний Дмитро	9	12 балів (III рівень)
8	Катушкін Владислав	11	12 балів (III рівень)
9	Кіріченко Каріна	9	25 балів (V рівень)
10	Лазунов Дмитро	9	20 балів (V рівень)

**Виявлення емоційних особливостей
за методикою “Гарний малюнок”**

Кольорова тональність малюнка	Переважно темні кольори	Збіднена кольорова гама, знижена щільність та яскравість кольору	Близькі за тоном, м’які кольори	Підвищена напруженість кольору, надмірна яскравість	Жодна з перелікованих особливостей
Відсоток досліджуваних	20%	20%	26,7%	6,6%	26,7%

**Наявність ознак труднощів у спілкуванні у досліджуваних
за методикою “Малюнок неіснуючої тварини”**

Особливість і малюнка	Людиноподібний тип тварини	Закриті очі	Щілеподібний рот у вигляді літери «О»	Відсутність ніг, їх недостатня кількість або явна слабкість	Великі товсті ноги, їх надмірна кількість	Ізольоване місце проживання	Харчування неістівними речами	Має багато друзів
Кількість дітей	7	5	7	5	8	6	4	8

Результати тесту “Малюнок людини”

№	Ім'я учасника	Вік	Кількість балів, відповідний рівень
1	Ситнік Дем'ян	7	15 балів (III рівень)
2	Бойко Анастасія	7	14 балів (III рівень)
3	Лисенко Андрій	10	18 балів (IV рівень)
4	Лазунова Діана	5	10 балів (II рівень)
5	Моргун Віталій	6	6 бала (II рівень)
6	Панченко Вероніка	10	20 балів (IV рівень)
7	Светлічний Дмитро	9	15 балів (III рівень)
8	Катушкін Владислав	11	12 балів (III рівень)
9	Кіріченко Каріна	9	25 балів (V рівень)
10	Лазунов Дмитро	9	20 балів (V рівень)

**Виявлення емоційних особливостей
за методикою “Гарний малюнок”**

Кольорова тональність малюнка	Переважно темні кольори	Збіднена кольорова гама, знижена щільність та яскравість кольору	Близькі за тоном, м’які кольори	Підвищена напруженість кольору, надмірна яскравість	Жодна з перелікованих особливостей
Відсоток досліджуваних	13,3%	20%	20%	6,7%	20%

Психокорекційна програма з розвитку емоційно-вольової сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії

Практична частина до магістерської роботи “Арт-терапія як засіб розвитку емоційно-вольової сфери дітей”, магістр К.М. Оліферовська

Кожен день дитина стикається з власними емоціями та емоціями інших людей.

Для гарного самопочуття та комунікації з іншими, потрібно розуміти як власні емоції, так і емоції співрозмовника. Воля, як психічна функція, яка не відповідає за контроль своєї поведінки, не виникає само собою, її потрібно змалку формувати. Доведено, що можна і необхідно розвивати емоційно-вольову сферу дітей. Ця психокорекційна програма навчить дітей розрізняти емоції та направляти їх прояви.

Мета: розвиток емоційно-вольової сфери дітей та корекція емоційних порушень, сприяння особистісному зростанню і самовизначенню особистості дитини, а саме, подоланню дитиною емоційних, поведінкових і комунікативних проблем. Створення умов для усвідомлення власних переживань, зрозуміння причин що їх викликають. Розвиток емоційної регуляції поведінки. Розвиток уміння відображати власні емоції та усвідомлювати емоції оточуючих.

Завдання корекційної програми:

1. Ознайомлення дітей з різними емоційними станами.
2. Проведення корекції небажаних емоційних проявів у поведінці та настрої.
3. Навчити прийомам саморегуляції.
4. Формування та розвиток «Я-концепції» особистості дитини.
5. Сприяти підвищенню впевненості в собі, формування стабільної самооцінки.

6. Розвиток та корекція комунікативних навичок.

Організація роботи

Дана програма розрахована на роботу з молодшими школярами (1-5 класи). Передбачається, що заняття проводитимуться один раз на тиждень підгрупами 3-5 осіб., тривалістю 45хв. Заняття за даною програмою базуються на врахуванні індивідуальних особливостей дітей, їх можливостей та рівня розумового розвитку.

Перелік психодіагностичних методик:

1. Проективна методика Дукаревич М.З. “Малюнок неіснуючої тварини”
2. Тест “Малюнок людини”
3. Тест “Гарний малюнок”

Структура та зміст програми

Етапи реалізації програми:

Програма розрахована на 1 діагностичне та 9 практичних занять, всього 10 академічних годин.

1. Діагностичний блок. (1 год.)
2. Корекційно-розвивальний блок. (9 год.)

№	Назва заняття	Мета
1.	Знайомство	<ul style="list-style-type: none"> - створити дружню атмосферу взаємодопомоги, довіри, відкритого спілкування; - зняти зайву напругу; - обговорити та прийняти правила роботи в групі; - зняти нервову напругу.
2.	Діагностика	<ul style="list-style-type: none"> - підтримка дружньої атмосфери взаємодопомоги, довіри, відкритого спілкування; - закріплення правил роботи в групі; - діагностика особистісних рис.

3.	Розпізнавання емоцій	<ul style="list-style-type: none"> - розвиток групової згуртованості; - вчити дітей відобразити та розпізнавати емоції; - розвиток комунікативних навичок в групі; - діагностика емоційних особливостей.
4.	Пісочна та казкотерапія	<ul style="list-style-type: none"> - зняття нервової та м'язової напруги; - розпізнавання власних почуттів та емоцій; - вербалізація почуттів; - розвиток комунікативних навичок; - вчити методам саморегуляції.
5.	Робота зі страхом	<ul style="list-style-type: none"> - стимулювання афективної сфери дитини; - підвищення психічного тону дитини; - подолання негативних переживань, символічне знищення страхів.
6.	Інтуїтивне малювання	<ul style="list-style-type: none"> - підвищення самооцінки дитини; - розвиток уяви та творчих здібностей; - зниження психоемоційного напруження; - розпізнавання власних почуттів та емоцій.
7.	Робота з агресією	<ul style="list-style-type: none"> - навчити дітей безпечними способами висловлювати агресію; - допомогти дитині зрозуміти, яким чином накопичується гнів і як він потім, вириваючись назовні, може травмувати навколишніх, та й саму людину; - активізувати сенсорні канали сприйняття, щоб дитина могла відчути, "почути" роздратування і гнів, і тим самим краще усвідомити їх природу і зміст; - показати і навчити безпечним засобам висловлювання почуття гніву і роздратування; - закріплювати отримані знання і навички у повсякденному житті дитини.
8.	Дарувати радість іншим	<ul style="list-style-type: none"> - відпрацювання емоційного стану "радість"; - розвиток творчих здібностей.

		- розвиток емпатії учасників групи один до одного.
9.	Малювання нитками	- розвиток координації рухів; - розвиток творчих здібностей; - розвиток уміння передавати свій емоційний стан через художній образ; - зниження психоемоційного напруження; - підвищення впевненості в собі.
10.	Заключне	- закріплення набутих знань та навичок; - розвиток емпатії до інших членів групи; - вербалізація почуттів.

Методи роботи:

- Різні види арт-терапії;
- Ігрова терапія;
- Саморегуляція;
- Рольове моделювання.

Заняття 1. “Знайомство”

Мета:

- створити дружню атмосферу взаємодопомоги, довіри, відкритого спілкування;
- зняти зайву напругу;
- обговорити та прийняти правила роботи в групі;
- зняти нервову напругу.

Обладнання: клубок ниток, кубик, резинка для браслетів, намистини кольорові та з буквами.

Хід заняття

1. Вправа “Чарівний клубочок”.

Діти стоять у колі. Той, у кого клубок автоматично стає провідним. Дитина називає своє ім'я і розповідає щось про себе за бажанням. Залишає собі нитку і передає клубок іншому.

2. Встановлення правил.

Заздалегідь підготовлюється плакат з правилами поведінки. Діти кидать кубик та по черзі читають правила відповідно номеру. Далі в ігровій формі перевірити запам'ятовані правила.

3. Саморобка “Браслет з власним ім'ям” .

4. Гра в асоціації “Formatium”.

5. Прощання з дітьми.

Заняття 2. “Діагностика”

Мета:

- підтримка дружньої атмосфери взаємодопомоги, довіри, відкритого спілкування;
- закріплення правил роботи в групі;
- діагностика особистісних рис.

Обладнання: кольорові цукерки, тарілка, кольорові олівці, білий аркуш.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.

2. Гра на знайомство.

Підготувати тарілку з кольоровими цукерками. Кожна дитина бере від однієї до п'яти цукерок, але не говорити, що з ними робити. Потім дитина має розповісти групі стільки фактів про себе, скільки цукерок вона взяла. Також факти можуть відповідати таким категоріям за кольором цукерки: червоний-сім'я, помаранчевий-школа, жовтий-друзі, зелений-хобі, фіолетовий-улюблені фільми або музика.

3. Тест “Малюнок людини”.

Обладнання: кольорові олівці, білий аркуш.

Інструкція. Попросити дитину малювати людини усю цілком. Сказати дитині, щоб вона постаралася намалювати якнайкраще, як вміє.

При індивідуальному проведенні детальний якісний аналіз виявляється більш показовим. Але також можливе групове обстеження дітей за допомогою зазначеної методики. При цьому рекомендується кількісне оцінювання. Орієнтовні вікові норми при цьому такі (див. таблицю, наведену нижче):

6 років — II—III рівні;

7 років — III рівень;

8 років — IV рівень;

9 років — IV—V рівні;

10 років — V рівень.

Кількісна оцінка виводиться таким чином

Якщо на малюнку відсутні голова або тулуб, то оцінка — 0 балів.

Якщо є голова й тулуб, то ставиться по 2 бали за кожну з таких деталей: очі (2 ока зараховуються за одну деталь), рот, ніс, руки (2 руки — одна деталь), ноги (2 ноги — одна деталь); ставиться по 1 балу за кожну з таких деталей: вуха, волосся або капелюх, шия, пальці, одяг, ступні або взуття; за правильну кількість пальців (по 5 на кожній руці) ставиться ще 2 бали.

Якщо спосіб зображення пластичний, то ставиться 8 додаткових балів; якщо він проміжний між пластичним та схематичним — 4 додаткових бали; якщо він схематичний, причому руки та ноги зображені подвійними лініями, то ставиться 2 додаткових бали. За схематичне зображення, в якому руки та ноги зображені одинарною лінією або відсутні, додаткові бали не ставлять.

Таким чином, мінімальний бал за це завдання — 0, максимальний (за наявності всіх перелічених вище деталей та пластичного зображення) — 26 балів.

Рівень	Кількість балів
I	0-4
II	5-11
III	12-16
IV	17-21
V	22-26

4. Прощання з дітьми.

Заняття 3. “Розпізнавання емоцій”

Мета:

- розвиток групової згуртованості;
- вчити дітей відображати та розпізнавати емоції;
- розвиток комунікативних навичок в групі;
- діагностика емоційних особливостей.

Обладнання: піктограми з емоціями, планшет або ноутбук для перегляду відео, аркуші білого паперу, кольорові олівці (24 кольори).

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.
2. Перегляд відео про емоції.

URL: <https://www.youtube.com/watch?v=Pt-LRzCIZRE>

3. Вправа: “Вгадай емоцію”.

На столі лежать піктограми різних емоцій. Кожна дитина бере собі картку, не показуючи її іншим. Після цього діти по черзі намагаються показати емоції, намальовані на картках. Глядачі, вони повинні вгадати, яку емоцію їм показують і пояснити, як вони визначили, що це за емоція. Вихователь стежить за тим, щоб в грі брали участь усі діти.

Ця гра допоможе визначити, наскільки діти вміють правильно висловлювати свої емоції і "бачити" емоції інших людей.

4. Тест "Гарний малюнок".

Обладнання: кольорові олівці (24 кольори), білий аркуш.

Інструкція. "Намалюй кольоровими олівцями який небудь гарний малюнок - який захочеш". Під час малювання варто відзначати в протоколі використання дитиною різних кольорів.

5. Прощання з дітьми.

Заняття 4. "Пісочна та казкотерапія"

Мета:

- зняття нервової та м'язової напруги;
- розпізнавання власних почуттів та емоцій;
- вербалізація почуттів;
- розвиток комунікативних навичок;
- вчити методам саморегуляції.

Обладнання: піктограми з емоціями, світлове скло з піском.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.
2. Вправа "Мій настрій".

Вправа дозволяє ознайомити дітей з основними емоціями, навчити визначенням емоційного стану і відображенню його вербально і невербально, допомагає усвідомити власні емоції. Форма роботи групова. Додаткові матеріали: картки - піктограми емоційних станів. Дітям роздають картки-піктограми емоційних станів. Психолог просить вибрати картку (з зображенням емоції), яка відповідає його настрою, намагається її повторити, потім малює піском на світловому склі. Після малювання кожна дитина розповідає про свій малюнок, відповідаючи на питання: який настрій зобразив, в яких ситуаціях він відчуває таке почуття, що можна йому порадити.

3. Терапевтична казка “Казка про двох братів і сильну волю”.

Спрямованість: Труднощі самоконтролю. Порушення довільності. Невміння управляти поведінкою.

4. Вправа “Власна казка”.

Діти по черзі доповнюють одне одного розповідають та малюють казку на світловому склі.

5. Прощання з дітьми.

Заняття 5. “Робота зі страхом”

Мета:

- стимулювання афективної сфери дитини;
- підвищення психічного тону дитини;
- подолання негативних переживань, символічне знищення страхів.

Обладнання: кольорові перманентні маркери, білі маленькі камінці, планшет або ноутбук для перегляду відео, білі аркуші, кольорові олівці.

Хід заняття

1. Вітання дітей.

2. Перегляд відео про страх.

URL: <https://www.youtube.com/watch?v=pjWzUd3FJq0>

3. Вправа “Малюємо настрої”.

Діти малюють емоцію “страх”. Під час обговорення вибирають малюнки, які найбільш яскраво відображають цю емоцію.

4. Знайомство дітей з методами роботи зі страхом.

Запропонувати такі варіанти роботи зі страхом: зробити страх смішним, додати до малюнку щось кумедне; порвати, знищити малюнок; малювати себе поруч зі страхом великим та сильним.

5. Саморобка “Амулет безстрашності”

Розмалювати маркерами камінчик, який можна носити з собою. Він буде нагадуванням про те, що страх має бути другом, а не врагом.

6. Прощання з дітьми.

Заняття 6. “Інтуїтивне малювання”

Мета:

- підвищення самооцінки дитини;
- розвиток уяви та творчих здібностей;
- зниження психоемоційного напруження;
- розпізнавання власних почуттів та емоцій.

Обладнання: піктограми з емоціями, білий акварельний папір, акрилові фарби, пензлики, палітри, склянки з водою.

Хід заняття

1. Вітання дітей.
2. Вправа “Мій день”.

По черзі використовуючи піктограми з емоціями діти мають розкласти свій день згідно того, як змінювалися їх емоції упродовж дня. Кожна дитина має розповісти групі як пройшов її день та які емоції вона відчувала.

3. Методика “Інтуїтивне малювання”.

Кожна дитина отримує білий папір та фарби. Психолог пропонує вибрати кольори та поставити кольорові цяточки фарбами на папері. Далі дитина має вибір розподілення фарби пензликом горизонтальними чи вертикальними рухами. Дуже важливо використовувати якійсь один напрям. Коли фон буде готовий, дитина малює будь-який малюнок, який прийде їй уяві. Після закінчення з більш старшими дітьми можлива рефлексія та обговорення зробленої роботи.

4. Прощання з дітьми.

Заняття 7. “Саморобка з пластиліну”

Мета:

- формування позитивної “Я-концепції”, самосприйняття, впевненості в собі;

- зниження тривожності;
- зняття м'язової напруги;
- розвивати увагу, пов'язану з координацією слухового апарату і рухового аналізатора.

Обладнання: повітряний пластилін, вода, дощечки і т.д.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.
2. Вправа “Комплімент сусідові”.

Діти по колу передають уявний “мікрофон” та роблять компліменти сусіду справа від них.

3. Вправа “Чотири стихії”.

Інструкція: Діти сидять у колі. Ведучий: якщо я вигукую слово “Земля!” всі повинні опустити руки вниз; “Вода!” - витягнути руки вперед; “Повітря!” - підняти руки вгору; “Вогонь!” - призвести обертання в ліктях. Хто помилиться - програє.

4. Саморобка з повітряного пластиліну.

Діти з прикладу або зі своєї уяви роблять саморобку з пластиліну. По закінченню зробити презентацію робіт.

5. Прощання з дітьми.

Заняття 7. “Робота з агресією”

Мета:

- навчити дітей безпечними способами висловлювати агресію;
- допомогти дитині зрозуміти, яким чином накопичується гнів і як він потом, вириваючись назовні, може травмувати навколишніх, та й саму людину;
- активізувати сенсорні канали сприйняття, щоб дитина могла відчутти, “почути” роздратування і гнів, і тим самим краще усвідомити їх природу і зміст;
- показати і навчити безпечним засобам висловлювання почуття гніву і роздратування;

- закріплювати отримані знання і навички у повсякденному житті дитини.

Обладнання: червоні кульки (у два рази більше, ніж учасників), різнокольорові кульки, плакат з веселкою.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.
2. Вправа “Розгнівані кульки”.

Інструкція: Діти надуйте червоні кульки і зав’яжіть їх. Уявіть, що надута кулька - це тіло людини, а повітря, що знаходиться в ній - почуття роздратування і гніву. Скажіть, чи може зараз (діти тримають зав’язані кульки) повітря потрапити в кульку, або вийти з неї? Що трапиться, коли почуття гніву та роздратування переповнюють людину? А чи може людина, яка переживає роздратування і гнів залишатися спокійною? Діти, а тепер зробіть так, щоб кулька вибухнула. Що трапилось з кулькою? Чи може такий спосіб висловлювання гніву бути безпечним? Чому? Що ви відчули, коли вибухнула кулька? Діти, якщо кулька - це людина, то кулька, яка вибухнула, означає якусь агресивну дію, наприклад напад на людину. Чи можна вважати такий спосіб висловлювання гніву безпечним? Давайте надуємо ще одну червону кульку, але не будемо її зав’язувати. Тримайте кульку міцно в руці, щоб повітря не виходило назовні. Ви пам’ятаєте, кулька - це людина, а повітря всередині неї - почуття роздратування і гніву. А тепер випустіть з кульки трохи повітря і знову міцно її затисніть. Ви помітили, що кулька зменшилась? Чи вибухне кулька, коли з неї випустили повітря? Чи можна такий спосіб висловлювання гніву вважати більш безпечним? Чи залишилась кулька цілою? Чи налякала когось? Діти, коли ми висловлюємо гнів, контролюючи його, то він нікому не завдасть шкоди. На нашому плакаті є смужка веселки такого ж кольору, як і наші кульки. Який це колір? (Червоний). Подивіться картки, що можна зробити, щоб зменшити почуття гніву. (Дихай і рахуй, спорт, прогулянки, побити подушку, порвати дрібно папір, малювати) Давайте помалу випускати повітря з кульки і виконувати зазначені вправи. Діти, гнів і роздратування, якщо їх безпечно

висловлювати, можуть “вийти” з людини, як повітря з нашої кульки. А тепер давайте подивимось на плакат, там ви побачите смужки веселки інших кольорів, що на них написано? (Спокій, полегшення, задоволення, щастя, радість, хороший настрій).

3. Вправа “4 станції”.

Діти мають чотири підготовлені “станції”: перша - малювати, друга - спорт, третя - рвати дрібно папір, четверта - бити подушку. Ведучий називає номер станції, діти мають піти до відведеної сторони кімнати для цієї станції та зробити визначене завдання. Потім в хаотичному порядку ведучий називає інші номери “станцій”.

4. Підведення підсумків заняття. Рефлексія.

Що вам сподобалось робити сьогодні на занятті? А що не сподобалось? Виберіть собі ту кульку, колір якої відповідає вашому настрою (згідно з плакатом з веселкою). Я дарую вам ці кульки, сподіваюсь, тепер ви завжди знатимете, як себе поводити, якщо раптом розгніваєтесь або у вас буде поганий настрій.

5. Прощання з дітьми.

Заняття 8. “Дарувати радість іншим”

Мета:

- відпрацювання емоційного стану “радість”;
- розвиток творчих здібностей.
- розвиток емпатії учасників групи один до одного.

Обладнання: полотно на двп, акрилові фарби, пензлики, палітри, склянки з водою.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми
2. Вступна частина.

Психолог питає дітей що таке радість, коли їм буває радісно? Діти відповідають по колу. А як можна порадувати людину? Відповіді дітей. Правильно,

можна щось подарувати, або показати, а ще можна для нього щось зробити. Сьогодні ми зробимо подарунок для близької людини.

3. Майстер-клас з малювання акрилом.
4. Прощання зі дітьми.

Заняття 9. “Малювання нитками”

Мета:

- розвиток координації рухів;
- розвиток творчих здібностей;
- розвиток уміння передавати свій емоційний стан через художній образ;
- зниження психоемоційного напруження;
- підвищення впевненості в собі.

Обладнання: кольоровий акварельний папір А3, акрилові фарби (розведені водою), нитки для в'язання, паперові стакани, дерев'яні палички.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.
2. Малювання нитками.

Сьогодні ми малюємо ваш настрій. Діти обирають 4-5 кольорів фарби та колір паперу. Далі потрібно змішати фарбу з водою у стакані. Нитка прив'язується до палиці та опускається в стакан з фарбою. Для кожного кольору окрема нитка. Для старших дітей можна показати як малювати квіти нитками.

3. Рефлексія.

Запитати в дітей, який настрій вони зобразили? Які відчуття були під час процесу? Що сподобалось а що ні під час заняття?

4. Прощання з дітьми.

Заняття 10. “Заключне”

Мета:

- закріплення набутих знань та навичок;

- розвиток емпатії до інших членів групи;
- вербалізація почуттів.

Обладнання: кольорові олівці, фломастери, паперові “пелюстки” різного кольору для складання квітки.

Хід заняття

1. Вітання з дітьми.
2. Асоціативні карти.

Діти вибирають асоціативну карту згідно настрою та розповідають про неї.

3. Улюблена вправа на вибір:
 - “4 станції”;
 - “Вгадай емоцію”;
 - “4 стихії”.
4. Заключна вправа.

Кожна дитина обирає собі пелюстки за кількістю учасників в групі. На кожній вона пише побажання іншому учаснику групи. Таким чином у кожної дитини на папері формується квітка з побажаннями. Психолог теж пише пелюстку для кожної дитини.

5. Прощання з дітьми.

Аналіз ефективності психокорекційної програми визначається досягнутими змінами в поведінці дітей та їх настрої, покращенням навиків саморегуляції. Діти ознайомилися з різними емоційними станами, та краще розуміють свої та емоції оточуючих. Також проходження психокорекційної програми сприяло формуванню та розвитку “Я-концепції” особистості дитини та підвищенню впевненості в собі, формуванню стабільної самооцінки. Завдяки груповій роботі діти розвинули комунікативні навички.