

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ НЕГАТИВНОГО ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

ART THERAPY AS THE WAY TO CORRECT PRESCHOOL CHILDREN'S PSYCHO-EMOTIONAL STATE

Як показує наукова література арт-терапія або «лікування мистецтвом» – досить новий, проте популярний засіб психотерапії. Особливо актуальною арт-терапія є для дітей. Мистецтво – це чудова можливість для малюка «відкритися», поділитися своїми емоціями та страхами. Адже іноді так важко висловити словами всі ті емоції, що вирують у душі.

Мета дослідження полягала у вивченні та корекції негативного психоемоційного стану у дітей дошкільного віку (на прикладі арт-терапії).

Методи. У роботі використана система методів і процедур отримання даних, яка включає: теоретичний аналіз літератури з обраної проблеми, методи спостереження, бесіди, тестування.

Вибірку склали 40 дітей віком 5–6 років.

Психологічний клімат сім'ї є основою розвитку дитини в багатьох сферах життя, бо ніхто не має на дитину такого впливу, як її сім'я. Розлади в самій сім'ї, такі як конфлікти між подружжям, пасивні стосунки між дитиною та батьками, низький соціальний статус сім'ї та інше, створюють негативну картину сприйняття реальності дошкільника.

Узагальнюючи емпіричну частину нашого дослідження встановлено, що діти, які виховуються у нестійкому, змінному або стійкому негативному психологічному кліматі сім'ї та отримують від батьків негативне ставлення, часто мають погане самопочуття, низьку або завищену активність та часту зміну настрою.

За допомогою кореляційного аналізу за коефіцієнтом К. Пірсона було виявлено, що у досліджуваних демонструється найбільш значущий коефіцієнт кореляції у таких прямих взаємозв'язках як: позитивні емоції та психологічний клімат, настрої та позитивні емоції. Також нами було зафіксовано зворотній взаємозв'язок у таких показниках як: самопочуття та негативні емоції, психологічний клімат та негативні емоції, а також настрої та негативні емоції.

Ключові слова: психоемоційний стан, психологічний клімат сім'ї, діти, дошкільний вік, корекційна робота, арт-терапія.

As the scientific literature shows, art therapy or «art treatment» is a fairly new but popular way of psychotherapy. Art therapy is especially relevant for children. Art is a great opportunity for a child to «open up» and to share their emotions or fears. Because sometimes it's so difficult to explain by words all the emotions that are raging in soul.

The object is based on study and correct the negative psycho-emotional state in preschool children (art therapy as the example).

Methods. A system of methods and procedures for obtaining data is used in work, which includes: theoretical analysis of the literature on the selected problem, methods of observation, interviews, testing.

The sample included 40 children aged 5–6 years.

The psychological climate of the family is the basis of the child's development in many spheres of life, because nobody has such an impact on the child as his family. Disorders in the family, such as conflicts between marrieds, passive relations between the child and parents, low social status of the family, etc., create a negative preschooler's perception of the reality.

By summarizing the empirical part of our study, it was found that children who are raising in an unstable, changeable or stable negative psychological climate of the family and receive a negative attitude from their parents, often feel bad, low or high activity and frequent mood changes. By using Pearson's correlation analysis, it was found that the subjects show the most significant correlation coefficient in such direct relationships as: positive emotions and psychological climate, mood and positive emotions. We also noticed feedback in indicators such as: well-being and negative emotions, psychological climate and negative emotions, as well as mood and negative emotions.

Key words: psychoemotional state, psychological climate of the family, children, preschool education, correctional work, art therapy.

УДК 159.922;615.851.82
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.35.8>

Мельничук І.В.

к. психол. н., доцент,
доцент кафедри психіатрії,
медичної та спеціальної психології
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського»

Асєєва Ю.О.

к. психол. н.,
старший викладач кафедри психіатрії,
медичної та спеціальної психології
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського»

Степанова А.С.

здобувач освітнього ступеня магістра
ДЗ «Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського»

Вступ. Проблема негативного психоемоційного стану у дітей дошкільного віку є актуальною, як у теоретичному, так і практичному аспектах. Взагалі, психологічний клімат сім'ї є основою розвитку дитини в багатьох сферах життя, бо ніхто не має на дитину такого впливу, як її сім'я. Розлади в самій сім'ї, такі як конфлікти між подружжям, пасивні стосунки між дитиною та батьками, низький соціальний статус сім'ї, створюють негативну картину сприйняття реальності дошкільника [1; 6].

Поняття психологічного клімату сім'ї вивчали такі вчені, як: А. С. Макаренко, Е. Фромм, Т. М. Трапезнікова, А. М. Євсєєва,

Р. С. Бернс, С. Х. Кауфман, Н. І. Воронцова, О. Г. Прохорова та інші [6–10].

Треба зазначити, що негативний психоемоційний стан є досить актуальним поняттям в нашій дослідницькій роботі. Працюючи з дітьми дошкільного віку та їх сім'ями ми побачили прямий та нерозривний зв'язок між психоемоційним станом дітей та батьків. Саме це питання й наштовхнуло нас на вивчення та дослідження теми нашої роботи [5].

Поняття психоемоційного стану вивчали такі вчені, як: В. С. Мухіна, А. В. Петровський, А. В. Брушлинський, В. П. Зінченко, В. І. Логінова, П. Г. Саморукова, Н. Д. Трофаїла та інші [2; 3].

Як показує наукова література арт-терапія або «лікування мистецтвом» – досить новий, проте популярний засіб психотерапії. Особливо актуальною арт-терапія є для дітей. Мистецтво – це чудова можливість для малюка «відкритися», поділитися своїми емоціями та страхами. Адже іноді так важко висловити словами всі ті емоції, що вирують у душі [4].

Слід зазначити, що спочатку арт-терапія виникла в контексті теоретичних ідей З. Фрейда і К. Р. Юнга. Надалі вона набувала більш широкої концептуальної бази, включаючи гуманістичні моделі розвитку особистості К. Роджерса і А. Маслоу. Вперше термін «арт-терапія» був використаний Андріаном Хілом у 1938 р. при описі своєї роботи та незабаром отримав широке поширення.

Результати дослідження. Психоемоційний стан – це психічна діяльність людини, яка може спровокувати неврівноваженість, проте після отримання необхідної інформації або ресурсів набуває статичного характеру [9].

У класифікаціях психоемоційних станів поєднуються характеристики психічних процесів і властивостей особистості. Аналіз психоемоційного стану дає змогу прогнозувати поведінку особистості, її розвиток та самозростання [1].

Психологічний клімат сім'ї – це стійкий емоційний настрій, результат особливостей і якості взаємостосунків членів сім'ї. Він може змінюватись і залежати від членів сім'ї. Ми припускаємо, що формування психологічного клімату сім'ї буде залежати від стилів сімейних відносин, а саме авторитарного, ліберального та демократичного. Також було розглянуто загальні варіанти вирішення сімейних конфліктів та кілька типів неправильного виховання дітей в сім'ї [7].

Дошкільний період дитинства є сензитивним для розвитку у дитини основних колективістських якостей, а також людського ставлення до оточуючих людей. У разі несформованості даних якостей в дошкільному віці, вся особистість дитини може стати неповноцінною, що згодом буде вкрай складно заповнити.

Психологічна корекція є тактовним втручанням у процеси психічного і особистісного розвитку людини з метою виправлення відхилень у цих процесах і часто справляє вплив не лише на особистість, а й на її оточення, організацію її життєдіяльності [8].

Серед видів арт-терапії виділяють наступні: бібліотерапія, маскотерапія, казкотерапія, орігамі, глинотерапія, лялькотерапія, танцювальна терапія, драматерапія,

мандалотерапія, музикотерапія, кольоротерапія, відеотерапія, пісочна терапія та інші. Усі види арт-терапії є ефективними у роботі з негативними психоемоційними станами, тому ми вважаємо доречним використати деякі з них в практичній роботі [4].

Проаналізувавши теоретичну літературу можна виокремити декілька методик, які найбільш надійно дозволять визначити і проаналізувати всі аспекти даної проблеми, а саме психологічний клімат як фактор формування психоемоційного стану у дітей дошкільного віку.

Узагальнюючи наукову літературу (М. Кисельова, О. Копитіна, О. Свістowska, І. Болдирева, Н. Каранда, М. Поваляєва, Г. Чебанян) можна відмітити, що існує безліч методик з використанням арт-терапії як засобу корекції негативного психоемоційного стану.

Враховуючи мету та завдання нашого дослідження, а також вікові особливості, нами були відібрані наступні методики: Опитувальник САН (самопочуття, активність, настрій) [8], Шкала спілкування батьків з дитиною [10] та Опитувальник «Психологічний клімат сім'ї» [3]. Вибірку дослідження склали 40 дітей, віком 5–6 років.

В результаті проведеного експерименту за Опитувальником САН (самопочуття, активність, настрій), були визначені індивідуальні та загальні оцінки станів самопочуття, активності та настрою.

Таблиця 1
Оцінка самопочуття, активності та настрою у дітей дошкільного віку

Параметр оцінки	Рівень		
	високий	середній	низький
Суб'єктивна оцінка самопочуття	70 %	17,5 %	12,5 %
Суб'єктивна оцінка активності	45 %	30 %	25 %
Суб'єктивна оцінка настрою	45 %	32,5 %	22,5 %

Встановлено, що за оцінкою «самопочуття» 70 % опитуваних мали гарний стан самопочуття, котрий виражався сповненням сили, активністю, працездатністю, 17,5 % дітей мали нейтральне самопочуття та у 12,5 % досліджуваних зафіксували погане самопочуття, яке проявлялося почуттям слабкості, розбитістю, знесиленням, млявістю, втомленістю; за оцінкою «активність» 45 % дошкільників проявляли гарну активність, котра виражалася у активності, рухливості, діяльності, захопленості, бажанні працювати, легкості думок, 30 % дітей мали

нейтральну активність, а в 25 % опитуваних спостерігалась погана активність, тобто пасивність, малорухливість, повільність, бездіяльність, сумовитість, розсіяність; за оцінкою «настрій» 45 % опитуваних дітей мали гарний настрій, вони були веселими, у доброму настрої, щасливі, життєрадісні, захоплені, сповнені сподівань, в 32,5 % досліджуваних було зафіксовано нейтральний настрій та 22,5 % дошкільнят показали поганий настрій, який проявлявся сумом, похмурістю, песимістичністю, розчаруванням, незадоволенням.

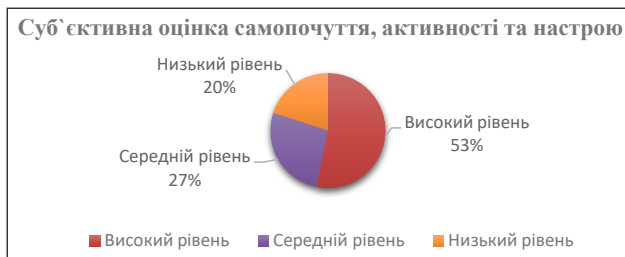


Рис. 1. Середній показник до оцінки самопочуття, активності та настрою у дітей дошкільного віку

Також були підраховані середні показники для вибірки дітей дошкільного віку. За шкалою «самопочуття» показник 5,1 отримали опитувані, які мали гарний стан, який проявляється сповненням силами, активністю, працездатністю. За шкалою «активність» показник 4,6 отримали діти, в яких спостерігався гарний стан, який виражається у активності, рухливості, діяльності, захопленості, бажанні працювати, легкості думок. За шкалою «настрій» показник 4,4 отримали дошкільнята, в яких було зафіксовано нейтральний стан який означає, що діти були спокійними та врівноваженими на момент дослідження. Ми припускаємо, що це пов'язано з позитивним кліматом сім'ї, а саме сприятливим, повним злагоди. Характерні ознаки сприятливого сімейного мікроклімату – згуртованість членів сім'ї, доброзичливість, почуття захищеності, терпимість, взаємна повага, взаємодопомога, чуйність, співчуття, прагнення допомагати один одному, співпереживання, відповідальність за сім'ю та кожного її члена.

При аналізі результатів отриманих за Шкалою спілкування батьків з дитиною, було встановлено, що 82,5 % батьків проявляють позитивне ставлення до своєї дитини, даруючи їй в більшості випадків позитивні емоції. А саме: хвалять, захочують, симпатизують, співпереживають та проявляють ще дуже багато позитивного ставлення до свого малюка, тим самим роблячи його дійсно щасливою людиною. Разом з тим, у 17,5 % досліджуваних, які більшою мірою

застосовують такі методи виховання, через які дитина отримує негативних емоцій більше, ніж позитивних доказують той факт 20 % дітей, які мали поганий прояв самопочуття, активності та настрою, котрий спостерігався почуттям слабкості, розбитістю, знесиленням, млявістю, втомленістю, пасивністю, малорухливістю, повільністю, бездіяльністю, сумовитістю, розсіяністю, сумом, похмурістю, песимістичністю, розчаруванням, незадоволенням.

В середньому значенні оцінок методів виховання опитуваних було зафіксовано, що 75 % батьків своїми вчинками, словами та діями дарують своїй дитині позитивні емоції, а 41,6 % опитуваних тими самими діями наділяють дитину негативними емоціями.

Тому було вирішено провести третє дослідження для кращого розуміння проблеми психологічного клімату сім'ї.

За результатами проведеного експерименту за опитувальником «Психологічний клімат сім'ї», була визначена індивідуальна та загальна характеристика психологічного клімату сім'ї.

Таблиця 2

Оцінка психологічного клімату сім'ї

Параметр оцінки	Рівень			
	стійкий позитивний	невизначений	нестійкий, змінний	стійкий негативний
Суб'єктивна оцінка психологічного клімату сім'ї	55 %	27,5 %	12,5 %	5 %

За результатами отриманих даних, встановлено оцінку психологічного клімату сім'ї, через яку було зафіксовано 55 % досліджуваних зі стійким позитивним психологічним кліматом сім'ї, який характеризувався співучастю, співпереживанням, колективними формами діяльності – прибирання приміщення, підготовка недільного столу, відпочинку, обговорення майбутньої покупки. Разом з тим, 27,5 % опитуваних отримали невизначений психологічний клімат який характеризувався збереженням деякої психологічної дистанції і взаємного пристосування, дипломатичного обходження гострих проблем. У ньому зазначаються деякі «обурливі» фактори, хоча в цілому переважає позитивний настрій. У 12,5 % досліджуваних спостерігається нестійкий, змінний психологічний клімат сім'ї. Такі показники дають люди, які відчувають деяку напругу в сімейному житті. Та 5 % опитуваних сімей показали стійкий негативний показник психологічного клімату сім'ї, ми припускаємо, що це пов'язане з частими конфліктами

і невротичними сім'ями. Важка атмосфера складається в спільнотах, в яких панують стани смутку, пригніченості, депресії, тривожності. У таких сім'ях зазвичай немає співучасті і співпереживання. Члени діють порізно, кожен живе своїм життям і сам бореться з її негараздами.

Отже, за результатами даного експерименту було зафіксовано, що більшість (55 %) опитуваних сімей мають стійкий позитивний психологічний клімат. Вони характеризуються радісними і дружніми родинними типами «спільно діюча команда». Тут домінує співучасть, співпереживання, колективні форми діяльності – прибирання приміщення, підготовка недільного столу, відпочинок, обговорення майбутньої покупки. Але якщо ми з'єднаємо нестійкий, змінний та стійкий негативний психологічний клімат сім'ї, а це показники які дають люди котрі відчувають деяку напругу в сімейному житті, конфліктні і невротичні сім'ї, важка атмосфера в спільнотах, в яких панують стани смутку, пригніченості, депресії, тривожності, сім'ї, де зазвичай немає співучасті і співпереживання, члени діють порізно, кожен живе своїм життям і сам бореться з її негараздами, ми отримуємо 17,5 % досліджуваних, що доказують наші здогадки у двох попередніх дослідженнях.

Для досягнення мети дослідження було проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом К. Пірсона.

Проаналізувавши данні, ми можемо констатувати, що не значні прямі зв'язки виявлено між позитивними емоціями та психологічним кліматом (0,416) та настроєм і позитивними емоціями (0,412).

Незначну негативну кореляцію виявлено між самопочуттям та негативними емоціями (-0,106), психологічний клімат та негативні емоції (-0,397), а також настрої та негативні емоції (-0,140). Такі незвичайні взаємозв'язки можуть вказувати на те, що досліджувані дошкільники, хоча у своїй меншості, проте отримали відбиток негативного сімейного виховання у власній родині. Наслідки такого виховання в сім'ї впливає на психоемоційний стан дитини, який проявляється поганим самопочуттям,

відчуттям слабкості, розбитістю, знесиленням, млявістю, втомленістю та пригніченим настроєм, сумом, похмурістю, песимістичністю, розчаруванням та незадоволенням дошкільників.

Висновки. У ході емпіричного дослідження було узагальнено методики, які використовуються при корекції психологічного клімату сім'ї як фактора формування негативного психоемоційного стану у дітей дошкільного віку. Згідно з цим, були використані наступні методики: Опитувальник САН (самопочуття, активність, настрої), Шкала спілкування батьків з дитиною та Опитувальник «Психологічний клімат сім'ї».

Виявлено, що за методикою Опитувальник САН (самопочуття, активність, настрої), за оцінкою «самопочуття» 70 % опитуваних мали гарний стан самопочуття, котрий виражався сповненням сили, активністю, працездатністю, 17,5 % дітей мали нейтральне самопочуття та у 12,5 % досліджуваних зафіксували погане самопочуття, яке проявлялося почуттям слабкості, розбитістю, знесиленням, млявістю, втомленістю; за оцінкою «активність» 45 % дошкільників проявляли гарну активність, котра виражалася у активності, рухливості, діяльності, захопленості, бажанні працювати, легкості думок, 30 % дітей мали нейтральну активність, а в 25 % опитуваних спостерігалась погана активність, тобто пасивність, малорухливість, повільність, бездіяльність, сумовитість, розсіяність; за оцінкою «настрої» 45 % опитуваних дітей мали гарний настрої, вони були веселими, у доброму настрої, щасливі, життєрадісні, захоплені, сповнені сподівань, в 32,5 % досліджуваних було зафіксовано нейтральний настрої та 22,5 % дошкільнят показали поганий настрої, який проявлявся сумом, похмурістю, песимістичністю, розчаруванням, незадоволенням.

За методикою Шкала спілкування батьків з дитиною проілюстровано вибірку із 40 батьків дітей дошкільного віку серед яких встановлено, що 82,5 % батьків проявляють позитивне ставлення до своєї дитини, даруючи їй в більшості випадків позитивні емоції, 17,5 % досліджуваних більшою

Таблиця 3

Матриця кореляційного аналізу отриманих даних

n=40	С	А	Н	Поз. емоції	Нег. емоції	Пс. клімат
С	1	0,378	0,375	0,322	-0,106	0,293
А	0,378	1	0,370	0,202	0,059	0,203
Н	0,375	0,370	1	0,412	-0,140	0,318
Поз. емоц.	0,322	0,202	0,412	1	0,024	0,416
Нег. емоц.	-0,106	0,059	-0,140	0,024	1	-0,397
Пс. клімат	0,293	0,203	0,318	0,416	-0,397	1

мірою застосовують такі методи виховання, через які дитина отримує негативних емоцій більше, ніж позитивних. В середньому значені оцінок методів виховання опитуваних було зафіксовано, що 75 % батьків своїми вчинками, словами та діями дарують своїй дитині позитивні емоції, а 41,6 % опитуваних тими самими діями наділяють дитину негативними емоціями.

Встановлено оцінку психологічного клімату сім'ї за методикою «Психологічний клімат сім'ї», через яку було зафіксовано 55 % досліджуваних зі стійким позитивним психологічним кліматом сім'ї, який характеризувався співучастю, співпереживанням, колективними формами діяльності – прибирання приміщення, підготовка недільного столу, відпочинок, обговорення майбутньої покупки. Разом з тим, 27,5 % опитуваних отримали невизначений психологічний клімат який характеризувався збереженням деякої психологічної дистанції і взаємного пристосовування, дипломатичного обходження гострих проблем. У ньому зазначаються деякі «обурливі» фактори, хоча в цілому переважає позитивний настрій. У 12,5 % досліджуваних спостерігається нестійкий, змінний психологічний клімат сім'ї. Такі показники дають люди, які відчувають деяку напругу в сімейному житті. Та 5 % опитуваних сімей показали стійкий негативний показник психологічного клімату сім'ї, ми припускаємо, що це пов'язане з частими конфліктами і невротичними сім'ями. Важка атмосфера складається в спільнотах, в яких панують стани смутку, пригніченості, депресії, тривожності. У таких сім'ях зазвичай немає співучасті і співпереживання. Члени діють порізно, кожен живе своїм життям і сам бореться з її негараздами.

За результатами кореляційного аналізу за коефіцієнтом К. Пірсона було виявлено, що у досліджуваних демонструється найбільш значущий коефіцієнт кореляції у таких прямих взаємозв'язках як: позитивні емоції та психологічний клімат, настрій та позитивні емоції. Також нами було зафіксовано зворотній взаємозв'язок у таких показниках як: самопочуття та негативні емоції, психологічний клімат та негативні емоції, а також настрої та негативні емоції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балабанова Л. М. Категория нормы в психологии студенческого возраста. Харьков, 2005. 240 с.
2. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. Видання друге, перероблене і доповнене. Нова Книга, 2008. 256 с.
3. Инфоурок Бланк «Психологический климат в семье». URL: <https://infourok.ru/blank-psihologicheskij-klimat-v-seme-3003736.html>
4. Кудріна А. В. Методи Арт-терапії в практиці психологічного консультування // психологічний журнал Міжнародного університету природи, суспільства і людини «Дубна». 2009. № 3.
5. Максименко С. Д. Загальна психологія. Підручник. 2-ге вид., переробл. і доп. Вінниця : Нова Книга, 2004. 704 с.
6. Москалець В. П. Загальна психологія : підручник. К. : Ліра, 2020. 564 с.
7. Партико Т. Б. Загальна психологія : підруч. для студ. вищ. навч. закл. К. : Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
8. Сергійчук О. М., Багно Ю. М., Плужник О. В. Основи корекційної педагогіки : навчально-методичний посібник. Переяслав : Видавництво, 2020. 224 с.
9. Трофімов Ю. Л. Психологія. Підручник. К. : Либідь, 2008. 560 с.
10. Шкала общения родителя с ребенком А. И. Баркан. URL: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2019/06/24/shkala-obshcheniya-roditeleya-s-rebenkom-a-i-barkan>