

Комунальний заклад вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради
Факультет спеціальної освіти та соціально-гуманітарних наук
Кафедра психології та соціальної роботи

КВАЛІФІКАЦІЙНА (МАГІСТЕРСЬКА) РОБОТА

Корекція тривожності у дітей молодшого шкільного віку засобами арт
терапії

Виконав студент групи Пм-2
спеціальності 053 Психологія
Барбулін Сергій Леонідович
Керівник: ___ Бочелюк В. Й.
Рецензент: ___ Велитченко Л. К.
Нормоконтроль ___ Поліна Бондар

Запоріжжя
2024 р.

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 103 с., 2 табл., 13 рис., 81 джерело.

Об'єкт дослідження – психологічні особливості тривожності молодших школярів.

Предмет дослідження – корекція тривожності молодших школярів засобами арт-терапії.

В роботі досліджуються психологічні особливості тривожності у дітей молодшого шкільного віку. В даний час тривожність є поширеним явищем. Успіхи в навчанні, в школі, і взаємини з однолітками, адаптації в нових умовах, все це, залежить від того, наскільки яскраво виражено стан тривоги. Ця проблема є надзвичайно актуальною, оскільки під впливом зовнішніх та внутрішніх чинників у дітей молодшого шкільного віку стрімко розвивається почуття тривожності. Оскільки це почуття не дає розвиватися дітям, адже внаслідок страху та тривожності вони стають замкнутими і боязкими, це загрожує їхньому емоційному та психічному здоров'ю. Отже, проблема пошуку шляхів залучення засобів арт-терапії в корекції тривожності молодших школярів є вельми актуальною.

Методи дослідження: для розв'язання поставлених завдань було використано такі методи: теоретичний аналіз проблеми, що дозволило систематизувати різноманітні підходи і практичний досвід з проблеми дослідження; емпіричні (констатувальний та формувальний експерименти), тестування: тест Сакса Леві «Методика незакінчені пропозиції» (Метод SSCT), «Тест тривожності» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амена, методика «Неіснуюча тварина»; методи статистичної обробки кількісних даних за допомогою пакету SPSS (версія 12) з наступною інтерпретацією та узагальненням.

ТРИВОЖНІСТЬ, КОРЕКЦІЯ, ДІТИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО

ВІКУ, АРТ-ТЕРАПІЯ.

ВСТУП

Актуальність теми. Одним із завдань сучасного суспільства в цілому є збереження і зміцнення психологічного здоров'я дітей. Необхідність вирішення цієї проблеми зростає особливо сьогодні, коли стрімко зростає кількість дітей, які переживають емоційне неблагополуччя. Це призводить до соматичного ослаблення дітей і розвитку неврозів. В даний час тривожність є поширеним явищем. Успіхи в навчанні, в школі, і взаємини з однолітками, адаптації в нових умовах, все це, залежить від того, наскільки яскраво виражено стан тривоги.

На сьогоднішній день не існує єдиного визначення поняття тривожності, тому що кожна галузь науки дає їй визначення зі своїх позицій. У магістерській роботі ми будемо виходити з психолого-педагогічного визначення тривожності як схильності індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги.

Молодший шкільний вік є одним з визначальних чинників у становленні особистості дитини. Багато основних властивостей і особистісних якостей дитини формуються саме в цей період життя. В даний час збільшилася кількість тривожних дітей, що відрізняються підвищеним занепокоєнням, непевністю, емоційною нестійкістю. Разом з тим завдання корекції шкільної тривожності є одним з актуальних в практиці роботи педагога-психолога. З огляду на ступінь обмежень, що накладаються на можливості корекції умовами роботи в освітній системі, одним з найдоступніших і ефективних засобів корекції тривожності є арт-терапія.

Особливу важливість набуває вивчення природи тривожності і її впливу на когнітивний та особистісний розвиток, загальної тривожності, який проявляється у молодших школярів, у зв'язку з тим, що вони входять в нове соціальне середовище і освоюють новий для них вид діяльності – навчання.

Ця проблема є надзвичайно актуальною, оскільки під впливом зовнішніх

та внутрішніх чинників у дітей молодшого шкільного віку стрімко розвивається почуття тривожності. Оскільки це почуття не дає розвиватися дітям, адже внаслідок страху та тривожності вони стають замкнутими і боязкими, це загрожує їхньому емоційному та психічному здоров'ю. Отже, проблема пошуку шляхів залучення засобів арт-терапії в корекції тривожності молодших школярів є вельми актуальною.

Проблеми, пов'язані з тривогою вивчають багато закордонних дослідників (О. Маурер, Р. Мей, Дж. Тейлор та ін.) і вітчизняних вчених (Ю. Бабаян, М. Вихристюк, Ж. Гордєєва, Г. Гуд, Т. Левицька, В. Морозюк, В. Петренко, Л. Помиткіна, С. Прахова, М. Халько та ін.). Вони виділяють нові концепції та проблеми в методології по дослідженню тривожних станів (Л. Бобро, О. Казаннікова, А. Ковалевська, Т. Левицька, О. Науменко, Я. Омельченко, Л. Помиткіна, М. Халько, А. Хом'як, Т. Чаусова, А. Шамне, Н. Якубовська та ін.). З огляду на сказане, дослідники наполягають на необхідності діагностики тривожності, як стійкої характеристики і пропонують використовувати для її корекції ігрову терапію (Н. Бастун, І. Булах, С. Кульменко), оптимізацію сімейного та педагогічного середовища (О. Василега, Л. Галіцина, О. Гелюх, Н. Смілянська), проте корекційні можливості арт-терапії в корекції тривожної поведінки дітей багатьма вченими залишаються без уваги.

Історію та розвиток арт-терапії розглянуто у працях О. Вознесенської, Н. Гайструк, І. Ільченко, Н. Калька, О. Колпакчи, Т. Мірошніченко, А. Хіля, напрямки та технології арт-терапії у практичному застосуванні проаналізовано в працях Н. Борщенко, І. Грицюк, О. Деркач, Л. Дмитрієвої, Л. Животенко, Л. Ілійчук, А. Ковінько, І. Куртішової, В. Оденцової, Ю. Скорченко, О. Сороки, О. Шестопалової, Н. Якубовської та ін. Поняття тривожності та причини виникнення, а також особливості розвитку досліджували О. Гелюх, Ж. Гордєєвої, Г. Гуд, Є. Калюжною, І. Каськова, О. Хуртенко та ін.

Актуальність та недостатня розробленість зазначених питань зумовили вибір теми нашого дослідження «Корекція тривожності у дітей молодшого

шкільного віку засобами арт-терапії».

Об'єкт дослідження – психологічні особливості тривожності молодших школярів.

Предмет дослідження – корекція тривожності молодших школярів засобами арт-терапії.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати, розробити та апробувати програму корекції тривожності молодших школярів засобами арт-терапії. Згідно з поставленою метою було визначено такі завдання дослідження:

1. Провести теоретико-методологічне вивчення проблеми у науковій психологічній літературі.

2. Підібрати комплекс методів дослідження тривожності молодших школярів.

3. Визначити психологічні особливості тривожності у дітей молодшого шкільного віку: причини, передумови та прояви тривожних станів. 4. Розробити програму психологічної корекції тривожності молодших школярів засобами арт-терапії та визначити її ефективність. Теоретико-методологічну основу дослідження становлять наукові концепції: вчення про закономірності і рушійні сили психічного розвитку (Л. Божович, Л. Виготський, Д. Ельконін, С. Рубінштейн); діяльнісний та суб'єктний підходи до дослідження соціально-психологічних феноменів поведінки людини (Б. Ананьєв, О. Леонт'єв, Б. Ломов та ін.); теоретичні уявлення про психічні стани і їх ролі в розвитку новоутворень особистості, розкриті в працях (В. Вілюнас, С. Максименко); дослідження в галузі дитячої тривожності (В. Морозюк, В. Оденцова), основні положення теорії психологічної корекції (З. Борисенко, М. Вихристюк, Л. Галіцина, Т. Зборюк, О. Карапетрова, А. Ковалевська, В. Петренко, Н. Якубовська та ін.). Організація та методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань було використано такі методи: теоретичний аналіз проблеми, що дозволило систематизувати різноманітні підходи і практичний досвід з проблеми дослідження; емпіричні (констатувальний та формувальний експерименти), тестування: тест Сакса Леві «Методика незакінчені

пропозиції» (Метод SSCT), «Тест тривожності» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амена, методика «Неіснуюча тварина»; методи статистичної обробки кількісних даних за допомогою пакету SPSS (версія 12) з наступною інтерпретацією та узагальненням.

Дослідницько-експериментальна робота проводилась у 3 етапи протягом 2021-2022 років.

На першому етапі вивчався стан розробки зазначеної проблеми в її теоретичному та прикладному аспектах. Було розкрито зміст понять «тривожності», «корекція засобами арт-терапії», проаналізовано сучасні теоретико-методологічні підходи та напрями до вивчення феномену тривожності, визначено методи та загальну стратегію дослідження.

На другому етапі було проведено констатувальний експеримент, спрямований на з'ясування рівня розвитку тривожності у дітей молодшого шкільного віку та виявлення психологічних чинників, що впливають на його розвиток. Для вирішення цих завдань було використано такі методики дослідження: тестування: тест Сакса Леві «Методика незакінчені пропозиції» (Метод SSCT), «Тест тривожності» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амена, методика «Неіснуюча тварина».

Статистичне оброблення даних та графічна презентація результатів здійснювалися за допомогою персонального комп'ютера на базі пакету статистичних програм SPSS 12.0.

На третьому етапі було проведено формувальний експеримент, спрямований на експериментальну перевірку ефективності розвивальної програми психологічної корекції тривожності молодших школярів засобами арт-терапії, отримано та узагальнено контрольні діагностичні результати, сформульовано висновки, накреслено шляхи практичного впровадження отриманих результатів.

Експериментальна база дослідження: комунальний заклад Запорізька загальноосвітня школа I-II ступенів Запорізької міської ради Запорізької обласної ради. Загальна кількість досліджуваних становила 50 осіб, учні 1-2

класу (7-8 років).

Практичне значення дослідження полягає в тому, що отримані результати дозволили розробити комплекс психолого-педагогічних заходів щодо корекції і профілактики шкільної тривожності, який може бути використаний як практичними психологами, так і педагогами, які працюють в освітніх установах.

Структура та обсяг роботи. Магістерська робота складається із вступу, трьох розділів, загальних висновків, додатків та списку використаних джерел. Основний текст роботи викладено на 87 сторінках. Список використаних джерел нараховує 81 найменування.

ВИСНОВКИ

Підводячи підсумки даної роботи, хочу звернути увагу на те, що багато фахівців у галузі психології та педагогіки займалися проблемою тривожності. Тривога – це індивідуальна психологічна особливість, що виявляється у схильності людини до сильної тривоги щодо відносно малих приводів. У психології, як правило, тривожність визначається як короткочасний емоційний стан, психологічний та емоційний дискомфорт, викликаний очікуванням неприємних переживань чи небезпеки.

Вступивши до школи, дитина повністю змінює своє звичне коло занять. Тепер вона вже не дошкільник, як раніше. У неї збільшується коло обов'язків. До семирічного віку дитина вже готова до систематичного навчання, виконання певних, відповідних віковому розвитку, завдань. Оскільки молодший школяр вже може ідентифікувати свою поведінку та поведінку навколишніх людей, він може порівнювати себе з іншими дітьми у класі.

На початку молодшого шкільного віку у дитини формується низка нових психологічних утворень:

- прагнення суспільно-значущої діяльності;
- здатність керувати своєю поведінкою;
- вміння робити прості узагальнення;
- практичне оволодіння мовою.

У роботі було досліджено особливості психічного розвитку дітей молодшого шкільного віку, специфіка психічного розвитку молодших школярів, а саме особливості прояву у них тривожності та можливості арт-терапії у корекції тривожності у молодших школярів.

Ми спланували та здійснили на практиці експериментальне вивчення тривожності у молодших школярів. Підбиваючи підсумки проведеного дослідження, слід зазначити, що у процесі роботи над питанням застосування методів арт-терапії у роботі щодо корекції тривожних станів дітей було проаналізовано велику кількість теоретичних джерел та проведено

експериментальне дослідження, що дозволяє визначити фактичний рівень тривожності піддослідних.

На самому початку дослідження було поставлено низку завдань, які були успішно реалізовані. Нам вдалося визначити та позначити підходи до використання технік арт-терапії у роботі з молодшими школярами у психолого-педагогічній літературі. Методи та прийоми арт-терапії, які займають центральне місце у роботі психолога, є сучасними і активно застосовуються в практичній роботі з дітьми, найбільш поширеними з них є ізотерапія та музикотерапія.

Дослідження здійснювалося серед учнів 1-2 класу (7-8 років) у кількості 50 осіб, воно проходило у декілька етапів.

Згідно з проведеним дослідженням встановлено наступне:

1. У дітей молодшого шкільного віку переважають такі типи психологічних знарядь опосередкування тривоги та регуляції поведінкових проявів:

Самоінструктування: самоінструктування з наступною дієвою зміною ситуації, з опорою на сторонню допомогу та власні сили; самоінструктування полягає в припущенні щодо ситуації негативу, продумування варіантів захисту від загрози та пошук опори; самоінструктування з перетворення середовища проживання і з постановки допоміжної підцілі; самоінструктування з перенаправленням уваги та реорганізацією дій; приховане звернення до себе; самоінструктування, що полягає в актуалізації позитивної інформації про регулятори даних батьками.

Актуалізація позитивних образів чи переструктурування негативного образу: переструктурування негативного образу з поясненням причин, трансформація неприємного у позитивне; символічні способи взаємодії під час переструктурування негативних образів.

Ідентифікація на символічному рівні з могутніми силами або дорослими: ідентифікація з дорослим, саме з батьком, який висміює страхи і застосовуючи гумор справиться з негативним емоційним станом, транслуючи цей спосіб

дитині; ідентифікація на символічному рівні із супергероєм; ідентифікація з поданням про те, як має реагувати доросла дитина.

Використання даних психологічних засобів регуляції емоцій дозволяє сприймати тривогу як тимчасовий та суб'єктивно керований стан, результатом чого є зниження актуальності та виразності тривоги, її впливу на повсякденну адаптацію дитини.

2. Знаряддя опосередкування тривоги у дітей з віком різняться за рівнем ефективності (опосередкування та регуляції безпосередніх емоцій та поведінки).

3. При несформованій системі психологічних знарядь опосередкування виражених та актуальних дитячих страхів (кошмарних снів, темряви, шкоди, смерті) характерні безпосередні та тривалі за часом реакції у вигляді плачу, вини; при зниженні опосередкування та регулювання загальної тривожності характерні реакції заперечення, а соціальної тривоги – образи та плачу.

4. Ґрунтуючись на методології культурно-історичного підходу Л. С. Виготського у дітей молодшого шкільного віку можливе формування та розвиток системи психологічних знарядь опосередкування тривоги. У зв'язку з чим, розроблено психологічну корекційну програму «Розвиток психологічних знарядь опосередкування тривоги у дітей молодшого шкільного віку», що включає 3 блоки:

1) Групову корекційну програму «Я знаю, що робити», спрямовану на корекцію, профілактику тривожності у дітей, специфікою корекційних занять є пошук та засвоєння способів регуляції, організації переживання.

2) Індивідуальну роботу з дітьми, які мають за підсумками дослідження підвищений рівень тривожності. Відповідно до якісного аналізу результатів з групи досліджуваних дітей були визначені діти, з якими було проведено індивідуальні корекційні заняття.

3) Інформаційну роботу з батьками, діти яких за підсумками дослідження потребують індивідуальної роботи. У зв'язку з цим, підготовлено та проведено семінар для батьків.

Протягом дослідження було з'ясовано, що майже половина досліджуваних має середній або підвищений рівень тривожності. Беручи до уваги всі отримані результати та теоретичну інформацію, вичленовану в результаті дослідження, було складено рекомендації щодо застосування технік арт-терапії для корекції тривожності у молодших школярів.