

УДК: 159.922.76:616.89 – 008.44

ЕМОЦІЙНІ ПОРУШЕННЯ В ДІТЕЙ, ЇХ КОРЕКЦІЯ ТА ОСНОВНІ ПСИХОКОРЕКЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

Кротенко В. І.

кандидат психологічних наук, доцент

Борсук К. М.

Інститут корекційної педагогіки та психології
НПУ імені М. П. Драгоманова

В статті розглядаються передумови виникнення емоційних порушень, їх особливості та можливі шляхи корекції.

В статье рассматриваются предпосылки возникновения эмоциональных нарушений, их особенности и возможные пути коррекции.

The article consider the pre-conditions of origin of emotional disabilities, their feature, and possible ways of correction.

Ключові слова: емоційні порушення, поведінка, корекційна робота.

Ключевые слова: эмоциональные нарушения, поведение, коррекционная работа.

Keywords: emotional disabilities, behavior, correction work

На сьогоднішній день збільшилася кількість дітей, які відрізняються підвищеним занепокоєнням, невпевненістю, емоційною нестійкістю. Ця проблема висвітлюється у роботах таких вітчизняних дослідників, як А.І.Захаров, М.І.Буянов, А.В.Запорожець, Л.С.Виготський та інші, які підкреслюють, що при плануванні корекційних та психотерапевтичних заходів акцент слід робити на провідну в даному віці діяльність. Тому проблема емоційних порушень та своєчасної їх корекції на сьогоднішній день є досить актуальною.

Емоційні порушення – це негативні стани, які виникають на фоні важко вирішуваних особистісних конфліктів, які обумовлюються трьома групами факторів, що призводять до виникнення емоційних порушень. А саме, біологічними, психологічними та соціально – психологічними.

Біологічні передумови емоційних порушень включають в себе:

1. генетичні фактори;
2. індивідуально – типологічні характеристики особистості дитини;
3. соматичну ослабленість внаслідок частих захворювань, яка сприяє виникненню різних реактивних станів і невротичних реакцій, переважно з астенічним компонентом;
4. в дітей з хронічними соматичними захворюваннями ці емоційні порушення не є прямим результатом хвороби, а пов'язані з труднощами соціальної адаптації хворої дитини і з особливостями її самооцінки.

Психологічні причини – особливості емоційно – вольової сфери дитини, а саме порушення адекватності її реагування на вплив ззовні, недолік у розвитку навичок самоконтролю поведінки.

1. У виникненні емоційних відхилень на ранніх етапах розвитку дитини певна роль належить переживанням матері під час вагітності. Переважна більшість сучасних матерів у цей період перебуває у стані емоційного стресу, який пов'язаний із хвилюванням щодо можливості патології вагітності, пологів, народження хворої або мертвої дитини в результаті дії несприятливих чинників (підвищений радіаційний фон, наявність важких елементів у продуктах харчування, тощо). Таким чином, тривожність на гормональному рівні у період пренатального розвитку дитини створила передумови для проявів тривожності в перші роки її життя.

2. Зростання нервово – психічного напруження в складних соціально – екологічних умовах, занепокоєння здоров'ям та долею дитини, спричиняють невротизацію батьків. Це негативно відбивається на емоційних контактах дорослих з дитиною і призводить до підвищеного неспокою, що в свою чергу створює передумови для виникнення емоційних розладів у дитини.

3. Психотравмуючі ситуації в дітей, що потерпіли від Чорнобильської катастрофи, пов'язані також з їх тривалим перебуванням поза сім'єю під час різних лікувальних та оздоровчих заходів.

Емоційні порушення можна умовно поділити на дві групи. В основі розподілу лежать ті сфери життя дитини, де насамперед знаходиться вияв емоційне неблагополуччя. З одного боку, воно може виявлятися у взаєминах з іншими людьми; з іншого — в особливостях внутрішнього світу дитини, складності її переживань.

Негативні емоційні прояви можуть існувати у двох типах поведінки дітей. Першу групу за типом поведінки складають діти з переважанням станів збудження. Ці діти характеризуються нестриманістю,

дратівливістю, що нерідко призводить до виникнення конфліктів, дезорганізації діяльності. Такі діти схильні до захоплення різними видами діяльності, проте продуктивність їх швидко знижується. Негативні емоції (спалахи гніву, образи) можуть виникати як через вагомні причини, так і через незначні приводи. Але швидко виникаючи, вони так само швидко згасають. Афективні прояви нерідко спричиняють негативне ставлення дитини до думок і вимог інших людей.

Наведений тип поведінки дитини викликає негативні реакції дорослих та однолітків, що її оточують. З ім'ям дитини нерідко пов'язують зневажливі характеристики: "всім заважає", "завжди зла", "непосидюча", що зачіпає почуття власної гідності, викликає образу. Усвідомлення дітьми, що вони "не такі, як усі", спричиняє переживання невпевненості, власної малоцінності, тривожності. Такі негативні емоційні прояви діти зовні ховають під маскою пихатості.

Друга група за типом поведінки — це діти, у яких переважає пригнічений стан із депресивними проявами. Діти, про яких ідеться, не можуть легко й вільно, як їх однолітки, висловити свої переживання й почуття, забути образу й не згадувати про неї, бути послідовними в діях та вчинках, впевнено поводитися за будь-яких обставин, захистити себе, оперативно почати й закінчити справу, переключитися з одного на інше.

Швидка стомлюваність та пов'язана з нею неспроможність ефективно виконати будь-яку діяльність спричиняють зниження самооцінки дитини, прояви невпевненості в собі, почуття малоцінності. Це викликає стан неспокою, незахищеності, тривожності, а також сприяє виникненню надзвичайно гострої потреби дітей у визнанні, увазі. Нерідко ця гіпертрофована потреба провокує такі негативні прояви, як підвищена образливість, злопам'ятність. Вразливість, імпресивність цих дітей на фоні емоційних розладів спричиняє формування амбівалентності потреби у спілкуванні: відчуваючи гостру потребу в товаристві однолітків, спільній діяльності з вихователем, діти виявляють при цьому замкненість.

У всіх випадках ці діти потребують особливої уваги батьків та психологів. І саме тому ми пропонуємо коротко зупинитися на тих методах корекції емоційних порушень, які можна використовувати в дитячому віці. А саме: арт – , музико – , ігро – та казкотерапії.

Арт-терапія – це спеціалізована форма психотерапії, заснована на образотворчому мистецтві. Основне завдання арт – терапії полягає у розвитку самовираження та самопізнання дитини.

У дослідженнях психологів було давно помічено: малюнки дітей не тільки відображають рівень розумового розвитку та індивідуальні особистісні особливості, а й є своєрідною проекцією особистості. Малюнок виступає як засіб посилення почуття ідентичності дитини, допомагає дітям пізнати себе і свої здібності.

Р. Альшулер і Е. Крамер виділяють чотири типи зображень, що показують як вікову динаміку розвитку малюнка, так і індивідуально – особистісні особливості дитини. Це безформні і хаотичні каракулі, схеми, піктограми і власне – художні твори. Каракулі, наприклад, представляючи собою вихідну стадію дитячого малюнка, в більш старшому віці можуть виражати почуття безпорадності і самотності.

У схематичних зображеннях і піктограмах в більш старшому віці проєктуються сублімація пригнічених бажань або потреба в захисті. Символічні зображення відображають пригнічені афекти у формі сублімації.

Музикотерапія – метод, що використовує музику, як лікувальний засіб. З лікувальною метою музику застосовують з давніх часів і у будь-якому вигляді. Адже дослідження впливу музики виявили, що класична, джазова, народна музика підвищує життєвий тонус людини, активізує її творчі здібності і в цілому сприятливо діє на психіку. Всі види рок – музики діють гнітюче. Низькі звуки – стабілізують психіку. Високі звуки – дестабілізують психіку. Сьогодні розроблені цілі пакети програм, в яких підібрані певні музичні твори для лікування хвороб. Наприклад, "Мазурка" Шопена – зменшує відчуття тривоги і невпевненості; "Дон Жуан" Моцарта – послаблює головний біль, пов'язаний з емоційною напругою та ін..

Виділяють чотири основні напрями лікувальної дії музикотерапії:

- регулюючий вплив на психовегетативні процеси;
- емоційне активування в ході вербальної психотерапії;
- розвиток навиків міжособистісного спілкування (комунікативних функцій і здібностей);
- підвищення естетичних потреб.

Форми використання музикотерапії:

- на занятті в якості фону;
- при засинанні;
- для виплеску енергії.

Самостійні вправи з музичними інструментами – допомагають висловити свої почуття, музику радості, музику страху.

Ігротерапія – це використання гри для корекції тих чи інших проявів образу "Я". У дитячому віці цей напрям займає одне з провідних місць, оскільки гра в даному віці є провідним видом діяльності. Ця діяльність активізує формування довільності психічних процесів: довільної уваги і пам'яті, сприяє розвитку розумової

діяльності, уяви – переходу дитини до мислення в плані уявлень, розвитку знакової функції мови, рефлексивного мислення дитини, удосконаленню опорно – рухової і вольової активності.

З метою поліпшення психічного самопочуття, корекції способів спілкування з іншими людьми, зміни ставлення кожної дитини до себе й до інших застосовуються дві форми ігротерапії, що відрізняються за функціями і ролями дорослого наставника в грі: спрямована (директивна) і неспрямована (недирективна).

До спрямованої ігротерапії належать: сюжетно – рольові ігри, ляльковий гурток, будівельні ігри, пізнавальні ігри, що поєднуються з іншими видами мистецтва: ігри – танці, ігри – театралізації, музична ігрова імпровізація, що відносяться до неструктурованих ігор. Застосування ненаправленої (недирективної) ігротерапії орієнтоване на самостійну гру дитини, що дозволяє їй вільно висловлювати своє самопочуття, свій внутрішній світ.

Казкотерапія – один із найдавніших психологічних методів, який використовуючи метафоричні ресурси казки, розвиває самосвідомість, дозволяє стати самими собою, і побудувати особливі довірчі, близькі відносини з оточуючими. Його ефективність виявляється в роботі не тільки з маленькими дітьми, але і з дорослими. Адже навіть просте читання казки дає дивовижний ефект і допомагає долати життєві труднощі.

У процесі казкотерапії можна використовувати різні жанри: притчі, балади, міфи, анекдоти та ін. Типи казок також можуть бути різними:

- 1) художні казки: а) народні; б) авторські;
- 2) дидактичні казки;
- 3) психокорекційні казки;
- 4) психотерапевтичні казки.

У художніх казках – як народних, що відносяться до фольклору, так і авторських, літературних казках, зібрані воедино всі аспекти, властиві казкам в цілому.

а) Народні казки.

Найбільш древні казки народу в літературознавстві називаються міфами. Найдавніша їх основа – єдність людини і природи. Для наших предків природа була живою, вони сприймали як живі і розумні всі явища навколишнього світу. До речі, ця властивість мислення дуже розвинена в дітей до 4 – 5 років.

Сюжети народних казок також є різноманітними:

- казки про тварин;
- чарівні казки;
- страшні казки;
- побутові казки;

б) Авторські казки мають велику кількість особистісних проєкцій, і це є одночасно їх плюсом і їх мінусом.

З одного боку, вони не так прозорі, як народні казки, в них не завжди є чіткий розподіл героїв на "поганий – хороший", але, з іншого боку, в силу цього вони можуть бути більш гнучким засобом впливу.

2) Дидактичні казки створюються для подання навчального матеріалу. При цьому абстрактні символи (цифри, букви, звуки, арифметичні дії, тощо) одушевляються, створюється казковий образ світу, в якому вони живуть. Дидактичні казки можуть розкривати зміст і важливість певних знань.

3) Під корекцією тут розуміється "заміщення" неефективного стилю поведінки на більш продуктивний, а також пояснення дитині сенсу ситуації, в якій вона опиняється.

Психокорекційні казки створюються для м'якого впливу на поведінку дитини.

4) Психотерапевтичні казки – це казки лікування душі, що розкривають глибинний зміст подій та допомагають побачити життя з іншого, прихованого боку. Багато з них присвячені проблемам життя і смерті і т.д.

Отже, емоційні порушення – негативні стани, що можуть бути детерміновані цілим рядом причин, чинників, умов. І їх комбінації можуть утворювати складну систему, яка певною мірою зумовлює труднощі диференційованого підходу до психологічної корекції. І саме тому надзвичайно важливим є виявити реальні причини поведінки дитини, і намітити відповідні шляхи корекційної роботи, використовуючи добре організовану систему впливів. Причому, в основному ця система спрямована на пом'якшення емоційного дискомфорту у дітей, підвищення їх активності і самостійності, усунення вторинних особистісних реакцій, обумовлених емоційними порушеннями, таких як агресивність, підвищена збудливість, тривожна недовірливість і ін..

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бреслав Т. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма и отклонения. – М: Педагогика. 1990 – 140 с.
2. Кульчигинская О. И. Выховання почуттів дитини. – К: Знання. 1981. – 48.
3. Мамайчук И. И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2010. – 400с.