

with autistic children are indicated. The structure of psychological treatment that involves the implementation of the following stages is examined: the sensory integration of autistic children, the emotional contact establishment of the specialists with an autistic child, cognitive mental processes activation. The features of the organization of individual and group forms of work are described. Social work training and art therapy work are defined among the group forms.

Keywords: psychological correction, psychological treatment stages, individual development program, the individual form of work, the group form of work, autistic child.

Стаття надійшла до редакції 04.05.2017р.

Статтю прийнято до друку 04.05.2017р.

Рецензент д.психол.н., проф. Шульженко Д.І.

УДК: 376 - 053.2/5 : 615.851

Матяш І.М., Панета О.В.

ЧУЙНІСТЬ, ЯК ОСНОВНА СКЛАДОВА ПСИХОЕМОЦІЙНОГО НАЛАШТУВАННЯ НА ЗАНЯТТЯХ АРТ-ТЕРАПІЇ ДЛЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Стаття присвячена вивченню проблеми чуйності як основи психологічного емоційного налаштування на уроках арт-терапії для дітей з особливими потребами.

У статті розглядається чуйність як професійно-значима та невід'ємна якість педагогів на уроках арт-терапії. Представлені алгоритми, що входять до занять з арт-терапії, розвивають чуйність у дітей з особливими потребами. Визначено, що на таких заняттях, під час яких школярі можуть вживатися в образи вигаданих та знайомих їм героїв казок, діти здатні розвивати прояви цього поняття, а також знижувати інтенсивність переживання негативних емоцій і розвивати потребу контролювати зовнішні прояви власних емоцій.

Ключові слова: арт-терапія, чуйність, діти з особливими потребами.

Згідно з даними ВОЗ, за останні роки, психічне здоров'я дитячого населення помітно погіршується, кожна четверта із п'яти дітей має когнітивні, фізичні, емоційні або поведінкові проблеми [5].

Психіатри України б'ють на сполох, статистика показує невтішні факти. Якщо в минулому столітті на тисячу дітей народжувалося одна або дві хворі дитини, на сьогодні на сто дітей одна дитина народжується хворою. Все більше з'являється дітей з розладами аутичного спектру, Даун Синдрому, епілепсії [5]. Саме для вітчизняної системи освіти вельми важливим є питання реалізації можливостей таких дітей. І мабуть тому ми все більше чуємо слово «терапія» в освітньому просторі. Нова ера несе нові реформи в освіту, нові техніки та інноваційні технології. Тому психологи і психотерапевти радять включати в уроки для дітей з особливими освітніми потребами, елементи арт-терапії.

Арт-терапія - це направлення в психотерапії і в психологічній корекції, яке базується на мистецтві і творчості. Під арт-терапією ми розуміємо творчість, яка взаємодіє мистецтвом на психоемоційному рівні хворої дитини [7]. Першочергово арт-терапія виникла в контексті теоретичних ідей З.Фрейда і К. Юнга, а пізніше в теорії моделі розвитку особистості А.Маслоу.

Термін «арт-терапія», став використовувати англійський лікар Адріан Хілл в 40-ві роки минулого століття, працюючи з хворими на туберкульоз в лікарнях Великобританії. Він помітив, що заняття мистецтвом відволікають тяжкохворих від хвилювань і допомагають справитися з хворобою. Основна мета арт-терапії складається в гармонізації розвитку особистості через розвиток здібності самовираження і самопізнання. З точки зору представника класичного психоаналізу, основним механізмом корекційної взаємодії в арт-терапії є механізм театральної діяльності [7].

Базовими особливостями арт-терапевтичної театральної діяльності є створення безпечного простору для вираження себе, заохочення до участі та самовираженні дітей із порушеннями розумового розвитку та їх батьків, при цьому є важливою наявність естетичних якостей у творчому процесі. Дитина приймається у будь-якому психоемоційному стані, важливим є трансформація її негативних стереотипів поведінки в позитивні або нові.

На театральних заняттях учні оволодівають театральними навичками, розвивають образне уявлення, вчаться емоційній виразності, виконують вправи, які допомагають у формуванні дикції, ритмічності, здатності до виразного руху. Задля того, щоб проявити себе, знайти засоби для самовиразу.

Діти з порушеннями розумового розвитку мають свої особливості, вони обережні до всього нового, тому знайомитися вчителю з театрального мистецтва з ними необхідно заздалегідь й опосередковано, наприклад, через ляльку-рукавичку (котик, зайчик тощо).

Враховуючи особливості дітей, на заняттях робиться акцент на вправи, які допомагають учням проявити себе. Слова замінюються елементами пантоміми, імітацією поведінки тварин та природних явищ. Зазвичай у послідовності виконання вправ необхідно рухатись від негативного стереотипу поведінки до позитивного, нового, безпечного[7].

Кожне заняття вчителю-ведучому рекомендується починати і закінчувати опосередкованим контактом (з лялькою-рукавичкою, чи з іншим казковим героєм). Це надає змогу на початку заняття, з'ясувати стан кожної дитини, хто який має настрій і власне яким чином буде вибудовуватися урок, а по закінченні зробити висновок, як вони себе почувають, що їм сподобалось[7].

Такі заняття передбачають ознайомлення дітей з окремими елементами акторської майстерності, сценічним мовленням та сценічним рухом в ігровій формі. Використовувати елементи театрального мистецтва давно не є інновацією у практиці психологів, психотерапевтів та психіатрів. Але пропонуючи «пограти» ніхто зазвичай не вчить дітей, як грати, тобто техніці і законам акторської гри. Вправи, що складають основу занять, розраховані не для сцени, а для виявлення і розвитку особистісного потенціалу, гармонізації, відновлення самоідентичності і базуються на принципі імпровізації. Ця робота проводиться за правилами арт-терапевтичної студії на відміну від художньої студії[7].

Арт-терапевтична студія забезпечує виконання таких правил:

1. Створення безпечного простору для вираження себе.
2. Формування відчуття групи (команди, колективу).
3. Створення ситуацій для вивільнення витіснених емоцій.
4. Недопустимість оцінки чи порівняння з будь-якими іншими творами.
5. Наявність естетичних якостей у творчому продукті.
6. Високий ступінь свободи і самостійності.
7. Прийняття людини у будь-якому психоемоційному стані.
8. Методом діяльності є сам процес, який ініціює процеси актуалізації або усвідомлення, оцінки, аналізу, спогадів, переживань своїх почуттів
9. Кінцевим результатом діяльності арт-терапевтичної майстерні є трансформація негативних патернів поведінки людини в позитивні.

Саме тому на уроках театрального гуртка, вчитель, який є носієм загальнолюдських цінностей, глибоких і різноманітних знань, високої культури, прикладом для наслідування, для своїх вихованців – має володіти багатьма моральними якостями, серед яких, на нашу думку, чуйність виступає однією із детермінант поведінки педагога у роботі із контингентом дітей з особливими освітніми потребами[3].

Беручи до уваги, основні засади теоретично – методологічного підходу до уроків арт- терапії, їх терапевтичне спрямування, яке відповідає вимогам часу і сучасним досягненням психологічної науки в корекційній психологічній педагогіці з усіма якостями акцент педагог ставить саме на розвиток чуйності. Тому що, найважливішою особливістю чуйності, як наголошує І.Д. Бех, є дієвість[1]. Так наприклад, арт-терапевт, керівник театрального гуртка спеціальної школи № 26 м. Києва, О.В.Папета проводила на своїх уроках «тренінги чуйності», підвищуючи тим самим у вихованців здатність до розуміння свого емоційного стану та інших людей, здатність до усвідомлення власних емоцій, рівень прийняття інших, рівень доброзичливості, рівень емпатійних тенденцій, здатність викликати у інших людей позитивні емоції, знижувати інтенсивність переживання ними негативних емоційних станів, знижувати поріг тривожності, здатність керувати власними емоціями, викликати і підтримувати бажані емоції та контролювати небажані. Як показала практика, арт-терапевтичні тренінги є важливим засобом збереження психічного здоров'я дитини, запобіганням емоційних розладів, через зняття психічного напруження, кращого розуміння себе та інших, створення можливостей для самовираження особистості дитини.

Більшість завдань базуються на імітації певних почуттів та емоційних станів учня. Решта передбачає відтворення дітьми дій та вчинків уявних героїв з відомих і придуманих казок. Оволодіння

виразними рухами, за будь якими відчуттями і станами людини допомагає школярам не тільки вільно спілкуватися між собою, глибше розуміти почуття інших, а й створює умови для формування особистої емоційної сфери, а саме виховання чуйності та вищих почуттів[4].

У дітей раннього шкільного віку активно розвивається моторика обличчя. Школярі вже з перших кроків навчання розуміють значення жестів і вміють жестикулювати, легко імітують голос та поведінку злого вовка, хитрої лисички - сестрички або боязкого зайчика. Діти відповідно можуть прийняти певні положення тіла, щоб відобразити стан холоду, болю, радості. Через тренінги чуйності дитина оволодіває технікою виразних рухів, вчиться розвивати відповідні почуття та емоції, вивчає стан оточуючих, називає його словами і відповідно вчиться реагувати на нього.

Дуже важливими є тренувальні вправи на розвиток емоцій і емоційного словника, вміння усвідомлювати і висловлювати свої переживання, а це в свою чергу, запобігає виникненню у дитини емоційних проблем, нервового напруження [3]. В процесі проведення таких тренінгів діти тренують свою пам'ять, увагу, спостережливість, витримку, а також вчать виявляти чуйність один до одного, до педагога, до присутніх та не стидаються проявляти інші свої емоції і почуття.

Важливим також є психотерапевтичний вплив гри та мистецтва на розвиток емоційно - особистісної сфери школяра. Діти відображають свої особисті емоційні переживання у розповідях, малюнках, етюдах, інсценівках. Зображуючи уявну небезпеку, переживаючи перебільшений страх, діти знецінюють реальні страхи, звільняються від психотравмуючої дії емоційних переживань. У вихованні вищих моральних почуттів, серед яких першочерговою виступає чуйність, великого значення набуває механізм «вживання в образ». Це дає школяру можливість відчути себе в ролі позитивного героя, виявити чуйність до хворого, слабшого за себе і навіть негативного героя.

Так наприклад, арт- терапевт О.В.Папета, проводячи тренінг чуйності, приховала це поняття в образі сонця. У народному фольклорі, образ сонця – метафоричний образ, який несе тепло, радість, позитив.

Спочатку, арт-терапевт запропонувала дітям відтворити сонечко, потім пригадати, як його промінчики торкаються обличчя (мімікою діти відтворюють усмішку), входять в позитивний, ресурсний стан. Після того, як діти уявили себе сонечком, педагог просить дітей простягнути свої руки перед собою і уявити, що це сонячні промінчики, через деякий час відчути свої ноги і також уявити, що це сонячні промінчики. Якщо дитина була до цього заняття засмучена, після такого умовного перевтілення, за рахунок позитивної динаміки усіх учнів ми можемо спостерігати, як діти з негативного настрою перелаштовуються на позитив.

Педагог в цей самий час плекає емоції, коли говорить, що сонечко високо на небі, і бачить всі потреби, а значить може допомогти кожному, в тому числі і тваринам, ось сонечко дивиться, а у лісі – звірятам голодно, холодно, страшно. Через образи лісових звірів, які мають певні потреби, педагог націлює дітей допомогти їм. Першого, ми бачимо зайчика.[6]. Педагог говорить: «Зайчик, він який?».

«Він боїться, йому страшно, він маленький, беззахисний перед великими звірами – хижаками» (Коли арт-терапевт описує лісового жителя, діти відчувають це в собі і через своє тіло програють ситуацію, він тремтить, ховається тощо).

Педагог переводить увагу дітей на позитивний, ресурсний образ сонечка і запитує: «Як сонечко може допомогти зайчику?» (Діти підказують з позиції сонечка, а завдання педагога підібрати найвлучніші слова).

«Сонечко може відіграти зайчика, заспокоїти його, погратися з ним, розважити маленьке звірятко» (Цим самим педагог надихає дітей на розвиток позитивних емоцій, а саме пробудження чуйності).

Далі дітям пропонується пригадати, як у лісі зайчик грається з сонячними промінчиками. Діти умовно гладять зайчика «своїми промінчиками» (руками) - вушка, спинку, хвостик і йому вже не страшно, задовольняється потреба героя, а отже і дитини [6].

«Як себе почуває зайчик?» (запитання має на меті з'ясувати, чи відбулася трансформація негативу у позитив). Тільки таким дієвим способом ми можемо активувати у дітей розвиток чуйності. Найважливішою особливістю чуйності, наголошує Бех І.Д.[2], є вміння ставити себе на місце інших, бачити в них подібних собі. Дієвість цієї якості проявляється в активній, безкорисливій допомозі,

полегшенні тяжких почуттів інших людей [1].

Після образу зайчика разом з педагогом діти знову «зустрічають» героя серед лісу. Педагог промовляє: «А хто ображає нашого зайчика?». Діти відповідають: «Вовк!». Педагог з учнями розглядає образ вовка і пропонує знову пограти. В арт-терапії важливо виявити емоцію і тому, спеціаліст просить дітей відобразити вовка.

Педагог питає: «Вовк, він який?». (Діти клацають зубами, показують свої кігті, ричать, як вовк. І знову відтворюють сонечко, яке торкається своїми промінчиками суворого вовка (проявляючи чуйність) і вовк стає добрим і лагідним). Педагог пояснює: «Вовк не злий, а голодний і йому просто холодно зимою у лісі».

Педагог знову звертається до дітей: «Діти! Давайте зіграємо його, ми ж сонечка!» (Діти через рухи проявляють піклування і чуйність.) Вони перевітлюються у образ сонечка, яке допомагає вовку із негативного героя (у якого є потреби в їжі, турботі) перетворитися в позитивного. Задоволені сонечка і задоволений вовк.

Такий алгоритм трансформації негативних почуттів у позитивні можливо використовувати до будь-якого уявного героя. В цьому полягає терапевтичний ключ психологічної роботи, яка може стати основою для суттєвих позитивних змін психологічно-емоційного стану дітей з особливими потребами. А саме, через програвання поведінки казкових лісових героїв та допомогу їм, діти навчаються бути чуйними і розуміти емоційний стан оточуючих, один-одного проявляючи піклування, виховується культура почуттів, які сприяють становленню доброзичливих взаємин і тісних стосунків по відношенню один до одного, до своїх рідних, до знайомих і незнайомих людей.

Використана література

1. Бех І.Д. Виховання особистості: Сходження до духовності / Бех І.Д.; [наук. видання]. –К.; 1992 – 320с.
2. Бех І.Д. Особистісно зорієнтоване виховання: шляхи реалізації // Рідна школа. 1999 №12-13с.
3. Свідерська Г.М. Морально-психологічний феномен чуйності. Г.М.Свідерська // Проблеми загальної педагогічної психології : [зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України / ред.. С.Д. Максименко]- Т.ІХ, част.5.-К., 2007.-346с.
4. Свідерська Г.М. Проблема чуйності// Соціальна психологія.-2005.-№3 (11).-С.130-138.
5. Медична психологія: здобуття, розвиток та перспективи. Матеріали третьої міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ 23-25 жовтня 2014 р) / За наук. Ред.С.Д.Максименко, Б.С.Божука, Т.А.Тамакової-К.2014-15С.
6. Тимофєєва О.О. Зати́я – дивоглядія, як зробити ляльковий театр другої кожної дитини / Тернопіль «Мандрівець» 2014.-С.61.
7. Чуприкова А.П. Простір арт – терапії // Мистецтво життя.-К.: -2015.-48С.

References

1. Beh I.D. Vihovannya osobistosti: Shodzhennya do duhovnosti / Beh I.D.; [nauk. vidannya]. –K.; 1992 – 320s.
2. Beh I.D. Osobistisno zoriEntovane vihovannya: shlyahi realizatsiyi // Ridna shkola. 1999 №12-13s.
3. Sviderska G.M. Moralno-psihologichniy fenomen chuynosti. G.M.Sviderska // Problemi zagalnoyi pedagogichnoyi psihologiyi : [zb. nauk. prats Institutu psihologiyi im. G.S.Kostyuka APN Ukrayini / red.. S.D. Maksimenko]- T.IH, chast.5.- K., 2007.-346s.
4. Sviderska G.M. Problema chuynosti// Sotsialna psihologiya.-2005.- №3 (11).-s.130-138.
5. Medichna psihologiya: zdobuttya, rozvitok ta perspektivi. Materiali tretoyi mizhnarodnoyi naukovy praktichnoyi konferentsiyi (m. Kiyiv 23-25 zhovtnya 2014 r) / Za nauk. Red.S.D.Maksimenko, B.S.Bozhuka, T.A.TamakovoYi-K.2014-15S.
6. Timofeeva O.O. Zatiya – divogiyadiya, yak zrobiti lyalkoviy teatr drugoyi kozhnoyi ditini / Ternopil «Mandrivets» 2014.- s.61.
7. Chuprikova A.P. Prostir art-terapiyi // Mistetstvo zhittya.-K.: -2015.-48S.

Матяш И.М., Папета О.В. Чуткость, как основная составляющая психоэмоционального настроения на занятиях арт-терапии для детей с особенными потребностями

Статья посвящена изучению проблемы чуткости, как основы психологического эмоционального настроения на уроках арт-терапии для детей с особенными потребностями.

В статье рассматривается чуткость как профессионально-значимое и неотъемлемое качество педагогов на уроках арт-терапии. Представлены алгоритмы включенные в занятия по арт-терапии, развивающие чуткость у

детей с особенными потребностями. Определено, что такими занятиями, на которых школьники могут вживаться в образы придуманных и знакомых им героев сказок, дети способны развивать проявление этого понятия, а также снижать интенсивность переживания негативных эмоций и развивать потребность контролировать внешнее проявление собственных эмоций.

Ключевые слова: арт-терапия, чуткость, дети с особенными потребностями.

Matias I.M., Papeta O.V. Tacfulness as a basic component of psycho-emotional involvement in art-therapy for children with special educational needs

The article studies the problem of sensitivity as the basis of mental and emotional attitude on the lessons of art therapy for children with special needs.

The article discusses the sensitive as professionally significant quality of teachers in the lessons of art - therapy. The algorithms included in the training sessions on the art – therapy developing the sensitivity in the children with special needs. It determined that such training sessions in which students can get used to the images invented by and familiar heroes of fairy tales children can develop a manifestation of the concept and reduce the intensity of the experience of negative emotions and develop the need to control outward manifestation of one's emotions.

Keywords: art-therapy, sensitivity, children with special needs.

Стаття надійшла до редакції 21.04.2017 р.

Статтю прийнято до друку 16.05.2017 р.

Рецензент: д. психол. н., проф. Руденко Л. М.

УДК 316.6.47: 159.923.6

Музичко Л.Т.

**ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ МОЛОДІ
ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ПОРУШЕННЯ**

У статті висвітлені особливості емоційно-вольової сфери молоді з різним рівнем посттравматичного порушення. Виявлено особливості переживання посттравматичного стресового розладу серед молоді, проаналізовано динаміку травматичної ситуації, розглянуті окремі теоретичні питання щодо соціальної адаптації осіб із посттравматичним стресовим розладом, які постраждали унаслідок бойових дій. Проаналізована необхідність соціальної підтримки під час вирішення багатьох проблем, таких як: адаптація до нових умов соціального середовища, наявність несприятливих психологічних факторів, незадоволення новим соціальним та професійним статусом, гостра потреба для багатьох учасників бойових дій у соціально-психологічному захисті та психологічній реабілітації – зумовлює актуальність теми дослідження. Визначено фактори успішності соціальної адаптації, що залежить від властивостей соціального середовища і характеристик індивіда. Представлені результати порівняльного, кореляційного аналізу молоді із різним рівнем посттравматичного порушення.

Ключові слова: посттравматичний розлад, агресивність, тривожність, фрустрація, невротизація, схильність до ризику, соціальна адаптація.

Постановка проблеми. Проблема посттравматичного стресового розладу і необхідності постійного його подолання стала ще більш актуальною у зв'язку із загальним загостренням соціальної кризи, що особливо спостерігається серед військовослужбовців, що зазнають впливу численних стресогенних факторів як соціального так і особистісного характеру. Розвиткові психологічного напруження сприяє також специфіка виконуваної діяльності, характер якої, у сполученні з особистісними властивостями, позначається на особливостях переживання критичних (травматичних) ситуацій.

Дослідники проблематики посттравматичних стресових розладів серед учасників бойових дій, зокрема, Т.П. Паронянц, В.О. Лесков, В.С. Сідак, Н.В. Павлик стверджують, що для більшості з них адаптація до цивільного життя супроводжується важкими відчуттями краху перспектив, ізоляції та відчуження від суспільного життя, оскільки в реальному житті їх досвід та знання часто виявляються незатребуваними. Необхідність соціальної підтримки під час вирішення багатьох проблем, таких як: адаптація до нових умов соціального середовища, наявність несприятливих психологічних факторів, незадоволення новим соціальним та професійним статусом, гостра потреба для багатьох учасників бойових дій у соціально-психологічному захисті та психологічній реабілітації – зумовлює актуальність теми дослідження.

Мета статті. Визначити особливості емоційно-вольової сфери молоді з різним рівнем