

Анастасія Захарова

*Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди,
студентка 32 групи факультету початкового навчання*

Наталія Рудічева

*Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди,
доцент кафедри початкової, дошкільної та професійної освіти*

ВИКОРИСТАННЯ КАЗКОТЕРАПІЇ ДЛЯ КОРЕКЦІЇ СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті висвітлено одне із найпоширеніших негативних почуттів серед учнів початкової школи – почуття сором'язливості, яке у подальшому може привести до труднощів у спілкуванні як з однолітками, так і з дорослими, пасивності в діяльності і життєдіяльності. Представлено найбільш ефективний метод подолання сором'язливості учнів початкових класів – казкотерапія, яка дає змогу за допомогою різноманітних варіантів роботи з казкою впливати на емоційно-чуттєву сферу молодших школярів.

Ключові слова: казкотерапія, казка, сором'язливість, молодші школярі.

Актуальність дослідження. Одним із ефективних методів роботи з учнями початкових класів, які зазнають ті чи інші емоційні та поведінкові труднощі є казкотерапія. Користь дитині від ознайомлення з казками була відома ще від початку розвитку цивілізації. Дитячий психолог Бруно Беттельгейм (1903-1990) у праці «Чарівне і корисне: про значення і цінності казки» довів, що казки та легенди здатні допомогти дитині адаптуватись у мінливому соціокультурному середовищі [1, с. 203-205], привчити до традицій власного народу, перебороти страх перед дорослим життям і майбутньою самостійністю.

Останнім часом метод казкотерапії приваблює психологів, психотерапевтів, психіатрів, педагогів, вихователів, дефектологів, бо створення особливої казкової атмосфери робить мрії дитини дійсністю, дозволяє дитині вступити у боротьбу зі своїми страхами, комплексами. Головне завдання казок: через казкові події показати герою ситуацію з іншого боку, запропонувати альтернативні моделі поведінки.

В психологічному, глибинному аспекті ці питання досліджували Е. Берн, Б. Бетельгейм, І. Вачков, Е. Гарднер, Т. Зінкевич-Євстигнеєва, М. Осоріна, Е. Фром, М.-Л. Фон Франц та інші. Розуміння казки як такої, де зосереджений життєвий досвід та життєві сценарії, представлено в роботах В. Проппа та К. Юнга; позитивна терапія притчами та історіями представлена в працях Н. Пезешкіана. Потужна хвиля розвитку казкотерапії на наукових засадах

пов'язана з іменами таких психологів, як Т. Зінкевич-Євстигнєєвої та Т. Грабенко. За їх активної участі у Санкт-Петербурзі в 1997 році був створений Інститут казкотерапії.

Мета статті – розкрити особистості використання казкотерапії як засобу корекції сором'язливості молодших школярів.

Виклад основного матеріалу. Казкотерапія – один із напрямком психотерапії, при якому для досягнення терапевтичного ефекту використовуються вигадані історії (казки).

Казкотерапія – це один із результативніших методів роботи з учнями початкових класів, які зазнають тих чи інших емоційних та поведінкових труднощів. Основний принцип казкотерапії – цілісний розвиток особистості, турбота про душу, зцілення казкою, яка у своєму прояві багатофункціональна та продуктивна.

Основною задачею казкотерапії є синтезування найбільш ефективних психологічних технологій у рамках казкової форми; об'єднання та адаптація безлічі психотерапевтичних прийомів у єдиний казковий контекст. У цьому полягає актуальність і новизна комплексної казкотерапії. Цей метод, який використовує казкову форму, ореол чарівності для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розвитку адаптивних навичок, удосконалення способів взаємодії з оточуючим середовищем, а також навчання, діагностики та корекції [4].

Казка певною мірою задовольняє три природні психологічні потреби дитини дошкільного і молодшого шкільного віку:

1. Потреба в автономності. У кожній казці герой діє самостійно протягом всього шляху, робить вибір, приймає рішення, покладаючись лише на самого себе, на свої власні сили.

2. Потреба в компетентності. Герой виявляється здатним подолати неймовірні перешкоди і, як правило, стає переможцем, досягає успіху, хоча може терпіти тимчасові невдачі.

3. Потреба в активності. Герой завжди активний, знаходиться в дії: кудись йде, когось зустрічає, комусь допомагає, щось видобуває, з кимось бореться, від когось тікає і т. д. Іноді спочатку поведінка героя не є активною: поштовх до активності проковується ззовні іншими персонажами [8].

Виділяють функції казок, з якими ознайомлюються учні в початковій школі: виховна (допомагає за допомогою простих сюжетів і яскравих, барвистих образів навчити дитину простих істин, виховати в ній якості та властивості особистості, що потрібні їй в певний момент для розв'язання ситуації, що склалася, і знадобляться в подальшому житті); діагностична (відіграє важливу роль на первинному етапі казкотерапії, дозволяє визначити стан дитини і основну мету для подальшої роботи); прогностична (завдяки цій функції відкриваються особливості поведінки дитини, бачення нею навколишнього світу, стратегії своєї подальшої поведінки); коригувальна (полягає в заміні «небажаної» поведінки на необхідну) [9, с.12].

Типологія казок за Т. Зінкевич-Євстигнєєвою:

1) художні казки. Саме такі історії і прийнято називати казками, міфами, притчами. У художніх казках є дидактичний, психокорекційний і психотерапевтичний аспекти;

2) народні казки;

3) авторські художні казки. Щоб допомогти пацієнту усвідомити свої внутрішні переживання, бажано обрати для роботи з ним авторську казку, незважаючи на велику кількість особистісних проєкцій;

4) дидактичні казки. У формі дидактичних казок подаються навчальні завдання. У цих історіях рішення прикладу – це проходження випробування, низка вирішених прикладів приводить героя до успіху;

5) психокорекційні казки створюються для того, щоб надала допомогу.

Для створення таких казок необхідно дотримуватися певних правил:

– казка має бути в чомусь ідентичною проблемі дитини, але ні в якому разі не мати з нею прямої схожості;

– казка повинна пропонувати текст досвіду, використовуючи який дитина може зробити новий вибір при вирішенні своєї проблеми;

– казковий сюжет повинен розгортатися в певній послідовності.

Для створення психокорекційної казки необхідно дотримуватись алгоритму: підібрати героя, близького дитині за статтю, віком, характером; описати життя героя у казковій країні так, щоб дитина знайшла схожість зі своїм життям; помістити героя в проблемну ситуацію, схожу на реальну ситуацію дитини, і приписати герою всі переживання дитини; пошук героєм казки виходу з проблемної ситуації, що створилася; усвідомлення героєм казки своєї неправильної поведінки і становлення на шлях змін [2, с. 16]. Психокорекційну казку можна просто прочитати дитині, не обговорюючи. Таким чином, ми даємо їй змогу побути наодинці із самою собою і подумати;

б) психотерапевтичні казки. Такі казки не завжди однозначні, не завжди мають традиційно щасливий кінець, але є завжди глибокими та проникливими. Психотерапевтичні казки часто залишають людину з питанням. Це, в свою чергу, стимулює процес особистісного зростання [4].

Залучення учнів початкових класів до казкотерапії – один із універсальних шляхів подолання психологічних комплексів дитини тому, що:

– казка інформативна. Через аналіз придуманої дитиною казки психолог отримує інформацію про її життя, актуальний стан, способи подолання труднощів і світоглядних позицій.

– казка безмежна. Доповнюючи, змінюючи, збагачуючи казку, дитина долає самообмеження і доповнює, змінює і збагачує своє життя.

– казка феєрична. Бідна на демонстративність робота психолога отримує можливість бути видимою: звертаючись до казкотерапії, він може використовувати різні ляльки, костюми, музичні інструменти, художні продукти діяльності, а можливо, і психологічний ляльковий або драматичний театр.

– казка емоційна. Через участь у сказкотерапевтичних сесіях дитина накопичує

позитивний емоційний заряд, зміцнюючи свій соціальний імунітет.

– казка мудра. Через казку вчитель має можливість передати дитині, батькам і педагогам нові способи і алгоритми виходу з проблемної ситуації [8].

Отже, казкотерапія як найефективніший метод навчання і виховання учнів має великі можливості у формуванні позитивної навчальної мотивації, морально-духовному, особистісно творчому розвитку молодших школярів через потужний вплив казки на їх емоційно-чуттєву сферу.

Одне з найпоширеніших негативних почуттів серед дітей – почуття сором'язливості. Сором'язливість як риса особистості зумовлена спадковістю та середовищем.

Сором'язливі учні відчують великі труднощі у встановленні міжособистісних контактів, пасивні в діяльності і життєдіяльності, надмірно стурбовані оцінкою себе іншими людьми, надто залежні від інших, піддаються тиску з боку оточення. У той час як сучасне суспільство вимагає прояв протилежних якостей, а саме: цілеспрямованості, впевненості у собі, розвинених комунікативних здібностей. Таким чином корекція сором'язливості набуває особливої значущості в теоретичному і практичному плані.

«Бути сором'язливим» – означає бути «важким для зближення через боязкість, обережність чи недовіру». М. Конюхов трактує сором'язливість як «якість особистості, що виявляється в тривожності, нерішучості, надмірної обережності в спілкуванні з оточуючими, наявність суб'єктивних бар'єрів у спілкуванні» [3; 6].

Погоджуємось з точкою зору Є. Волкової-Гаспарової, яка стверджує, що «низький рівень розвитку спілкування дитини в поєднанні з тривожністю і яскраво вираженою невпевненістю у собі є передумовою того, щоб сором'язливість стала визначальною рисою характеру до 6 років» [3].

У педагогічному словнику поняття «сором'язливість» трактується, як «риса характеру, що виявляється в збентеженні, тривожності, нерішучості, труднощах в спілкуванні, викликаних думками про свою неповноцінність і негативне ставлення до себе співрозмовників» [5], саме цього визначення будемо дотримуватись у дослідженні.

Розрізняють внутрішню сором'язливість і зовнішню сором'язливість.

У психології виділено три види проявів сором'язливої поведінки молодших школярів:

- зовнішні прояви через поведінку, які сигналізують оточуючим: «Я сором'язливий», з характерною невпевненістю, яка проявляється в очікуванні неуспіху в ускладнених ситуаціях;
- фізіологічні симптоми, наприклад, фарба сорому;
- найсильніші відчуття обмеженості і самозосередження, самоаналіз з хронічною невпевненістю, що поширюється на всі види діяльності [7].

Таким чином, розуміючи складові поняття «сором'язливість», можна приступати до корекційної роботи.

Через спеціальну авторську корекційну казку, в якій підібрані ролі для кожного учня, сприяти подоланню сором'язливості учнів, розвинути ініціативність, життєву активність, комунікативні здібності, навчити бачити причинно-наслідкові зв'язки та шляхи розв'язання різних ситуацій. Формування цих якостей можливе лише при відповідній організації.

У корекційній казці метафорично зашифрована інформація про страх учня, невпевненість, тривожність і способи їх подолання. На уроці дитина не тільки прослуховує цю казку, але й програє способи подолання негативних емоцій і почуттів, ідентифікуючи себе з головним казковим героєм. Крім того, учню можна запропонувати намалювати ілюстрації до казки, переписати казку на свій лад, придумати нову з цим же головним героєм, програти її, що значно посилить корекцію та трансформацію. У процесі такої роботи учні не тільки «знайомиться» зі своїми переживаннями, а й навчається справлятися з ними.

Висновки. Таким чином, казка активізує уяву учнів, примушує їх співпереживати і внутрішньо сприяти персонажам, в результаті цього співпереживання у учня з'являються нові знання і представлення і, що саме головне, нове емоційне відношення до оточення. Казка може у захоплюючій формі і зрозумілими словами показати навколишнє життя, людей, їх вчинки і долі; у найкоротший час показати, до чого призводить той або інший вчинок героя; дає можливість приміряти на собі і пережити чужу долю, чужі почуття, радощі і прикрощі. Метод казкотерапії є найдієвішим та найкращім способом подолання сором'язливості, а також інших емоційних станів учнів.

Література

1. Бурчик О.В. Групова казкотерапія в особистісно орієнтованому вихованні дітей. *Вісник Житомирського державного університету ім. І. Франка*, 2005, № 25, с. 203-205.
2. Вачков И. Сочиняем сказки. *Школьный психолог*, 2003, № 19/16, 22 мая, с. 16.
3. Величко Н.Н. Особенности проявления застенчивости в старшем дошкольном возрасте [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://bookmeta.com/book/329-dalevskie-chteniya-sbornik/81-osobennosti-proyavleniya-zastenchivosti-v-starshem-doshkolnom-vozhraсте.html>. – Назва з екрана.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. СПб.: Златоуст, 1998. 352 с.
5. Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь. Краткие словари. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://slovo.yaхu.ru/>. – Назва з екрана.
6. Конюхов Н.И. Прикладные аспекты современной психологии: термины, законы, концепции, методы. Москва, 1992. 124 с.
7. Коррекция и профилактика нарушений поведения у детей старшего дошкольного возраста. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.bibliofond.ru/view.aspx?id=515600>. – Назва з екрана.
8. Сакович Н.А. Практика сказкотерапии. СПб.: Речь, 2004. 224 с.

9. Соловійова Л. Казкотерапія у навчально-виховному процесі. *Початкова освіта*. 2010, № 16 (квітень), с. 12-13.

УДК159.973:159.922.1

Зацепіна Таїсія

*Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова,
студентка групи 4пс, факультет спеціальної та інклюзивної освіти*

АРТ-ТЕРАПІЯ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ В ПСИХОСЕКСУАЛЬНОМУ РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ

Стаття присвячена визначенню напрямків психологічної корекції при психосексуальних порушеннях у дитини з розладами аутистичного спектру. Встановлено завдання психологічної корекції при відхиленнях у психосексуальному розвитку дитини з РАС та основні засади, на яких базується формування психокорекційної програми. В статті розкриті поняття сенсорної інтеграції, символдрами, арттерапії, гіпносугестивної терапії в фокусі їх застосування при психокорекції порушень психосексуального розвитку у дитини з розладами аутистичного спектру.

Ключові слова: психосексуальний розвиток, розлади аутистичного спектру, психологічна корекція, арт-терапія, сенсорна інтеграція, ізотерапія, гіпнотерапія, музикотерапія, пісочна терапія.

Актуальність дослідження. Аутистичні розлади – це широка група порушень психічного розвитку, які зачіпають найрізноманітніші його сторони: пізнавальний розвиток, емоційно-вольовий, особистісний[5].

Варто зазначити, що переважна більшість досліджень у сфері сексуальності осіб із розладами аутистичного спектру здійснювалась закордоном, у той час, як у вітчизняній науці дана тема залишається недостатньо дослідженою [3]. Недостатня вивченість питання психосексуальної сфери дітей та підлітків з РАС обумовлена труднощами міжособистісної взаємодії дитини та дослідника. Це можна пояснити важкою дефіцитарністю афективного тону, що лежить в основі викривлення емоційно-афективного розвитку. Виходячи з вищесказаного, можна зробити висновок, що дослідження психосексуальної сфери та психокорекція її можливих відхилень у дитини та підлітка з РАС є на сьогоднішній момент актуальною проблемою.

Метою даної статі є розкриття особливостей психологічної корекції порушень психосексуального розвитку дітей з РАС молодшого шкільного і підліткового віку засобами арт-терапії.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дитина з РАС часто отримує обмежені сексуальні знання через недостатність своїх зв'язків з соціумом. Батьки, однолітки, ЗМІ зазвичай не є достовірним джерелом інформування