

Издатель

ФГБОУ «Петрозаводский государственный университет»
Российская Федерация, г. Петрозаводск, пр. Ленина, 33

Студенческий научный электронный журнал

StudArctic Forum

<http://saf.petrso.ru>

XX / 2020

Главный редактор

В. С. Сюнёв

Редакционный совет

С. Б. Васильев
Г. Н. Колесников
А. Н. Петров

Редакционная коллегия

М. И. Зайцева
А. Ю. Борисов
Т. А. Гаврилов
А. Ф. Кривоноженко
Е. И. Соколова
Л. А. Девятникова
Ю. В. Никонова
Е. О. Графова
А. А. Кузьменков
Р. В. Воронов
М. И. Раковская

Редакция

А. Г. Марахтанов
А. А. Малышев
Р. А. Мацуев

ISSN 2500-140X

Адрес редакции

185910, Республика Карелия, г. Петрозаводск, ул. Ленина, 33.

E-mail:saf@petrsu.ru

<http://saf.petrso.ru>

Психологические науки

Использование методов арт-терапии в работе со страхом и гневом у детей младшего школьного возраста

**СОРОКИНА Ирина
Сергеевна**

бакалавриат, ПетрГУ (пр. Ленина, 33),
ssddii@mail.ru

Ключевые слова:

эмоциональная сфера
младших школьников
гнев
страх
арт-терапия

Аннотация: В статье изучаются особенности страха и гнева у младших школьников, описаны типичные психологические портреты, представлен анализ различий в количестве страхов у детей с разными проявлениями гнева. Проблема исследования состоит в том, что необходимо проведение коррекционно-развивающей работы с младшими школьниками с эмоциональными трудностями. Результатом исследования стали выводы о возрастных и индивидуальных вариантах проявления гнева и страха младших школьников, разработана коррекционно-развивающая программа.

Основной текст

Эмоциональное благополучие младших школьников определяется как его отношения с ближайшим окружением, так и тем, насколько ему удалось адаптироваться к школе. Система «ребёнок-взрослый» изменяется и происходит её разделение на «ребёнок-родитель» и «ребёнок-учитель». Последняя начинает определять отношение ребенка к себе и другим детям. [6]

В школе ребенок оказывается под влиянием множества неблагоприятных факторов, среди которых: увеличение объема и интенсивности учебных нагрузок, преобладание отрицательной оценочной стимуляции, стрессовая тактика авторитарной педагогики и несоответствие образовательных программ и технологий функциональным и возрастным особенностям школьников. По мнению М.М.Безруких, младший школьник с одной стороны оказывается под воздействием неразумных требований образовательных стандартов, а с другой - нереалистичных ожиданий родителей. [2] Что закономерно приводит эмоциональным сложностям и нарушениям.

Так, главный психиатр Минздрава России отмечает, что в нашей стране около 70% школьников имеют психические расстройства и аномалии развития, а у 40% учеников начальных классов была зафиксирована "школьная дезадаптация». [10]

Школьная дезадаптация связана с переживанием ребенком трудных чувств и может проявляться в форме нарушений поведения, неуспеваемости, конфликтных отношений со сверстниками и педагогами, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности и агрессивности. [7]

Эмоциональная сфера младших школьников характеризуется отзывчивостью на происходящие события, эмоциональной неустойчивостью и склонностью к кратковременным и бурным аффектам, что проявляется в поведении как "вспышки" радости, гнева или страха. [4] Эти поведенческие реакции широко распространены и вызывают трудности у окружающих взрослых и самого ребенка. В связи с чем актуально изучение проявлений гнева и страха в младшем школьном возрасте.

Многие страхи у детей младшего школьного возраста связаны со школьной ситуацией; характерны также страхи стихий, животных, крови, темноты сверхъестественного, различных зловещих мест, сказочных персонажей и потери родителей, страх смерти. [3]

Исследованием гнева у детей младшего школьного возраста занимались такие психологи как Л.О. Андрюшина, Т.П. Смирнова и О.П. Рожков. [1], [9], [11] В этом возрасте агрессия проявляется преимущественно по отношению к тем, кто слабее, а агрессивное поведение становится организованным и приобретает групповые формы. По мере усвоения ребёнком конструктивных способов достижения цели, происходит переход от инструментальной агрессии к враждебной. Она, как правило, направлена на конкретного человека. [5]

Детские психотерапевты и специалисты по коррекционной работе с детьми выделяют четыре фазы в работе с детским гневом: предоставить ребенку приемлемые методы для выражения подавляемого гнева, помочь ребенку подойти к реальному восприятию чувства гнева и побудить его отреагировать гнев, осуществить вербальный контакт с этим чувством, обсудить с ребенком проблему гнева. При этом традиционно используются арт-терапевтические техники, которые обеспечивают эффективное отреагирование негативных переживаний и позволяют формировать у детей допустимые и социально приемлемые формы проявления гнева. [8]

Справляться со страхом также позволяют методы арт-терапии. Так, по мнению В.Оклендер, совладание со страхом предполагает проигрывание пугающей ситуации, осознание своего страха и встречу с ним. При создании продукта творчества происходит трансформация страха из бессознательного в осознанный и у ребёнка появляется возможность его контролировать. [8]

В данном исследовании изучаются особенности страха и гнева у младших школьников и различия в количестве страхов у детей с разными проявлениями гнева.

Мы выдвинули гипотезу о том, что существуют различия в количестве страхов у детей с разными проявлениями гнева в младшем школьном возрасте.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что для трети (35%) детей характерны проявления враждебного гнева, что является возрастной особенностью и описано в литературе. Также было выявлено, что 30 % детей этого возраста склонны подавлять гнев. Что ожидаемо и соответствует возрастному стремлению соответствовать требованиям общества. У каждого пятого младшего школьника (20%) выявлены проявления защитного гнева, и еще у 15% участников исследования гнев не имеет чётко выраженных особенностей и не даёт возможности обозначить его как самостоятельную категорию.

Кроме того, была произведена оценка гнева по силе и социальной избирательности. У 55% испытуемых проявления гнева недифференцированы и распространяются на всех людей вокруг, а у 45% они избирательны и направлены на конкретного человека.

Перейдем к рассмотрению страхов младших школьников. Количество участников исследования со средним и высоким уровнем тревоги в сумме составляет 85%. У 65% детей, принявших участие в исследовании, количество страхов превышает возрастную норму. Самыми распространёнными стали социально-опосредованные страхи и страхи, связанные с причинением физического ущерба.

Таким образом, исследование показало, что для современных младших школьников с одной стороны, характерно или подавлять гнев, или проявлять его с признаками враждебности; защитный гнев встречается значительно реже. С другой - они тревожатся и имеют много социально-опосредованных страхов и страхов физического ущерба.

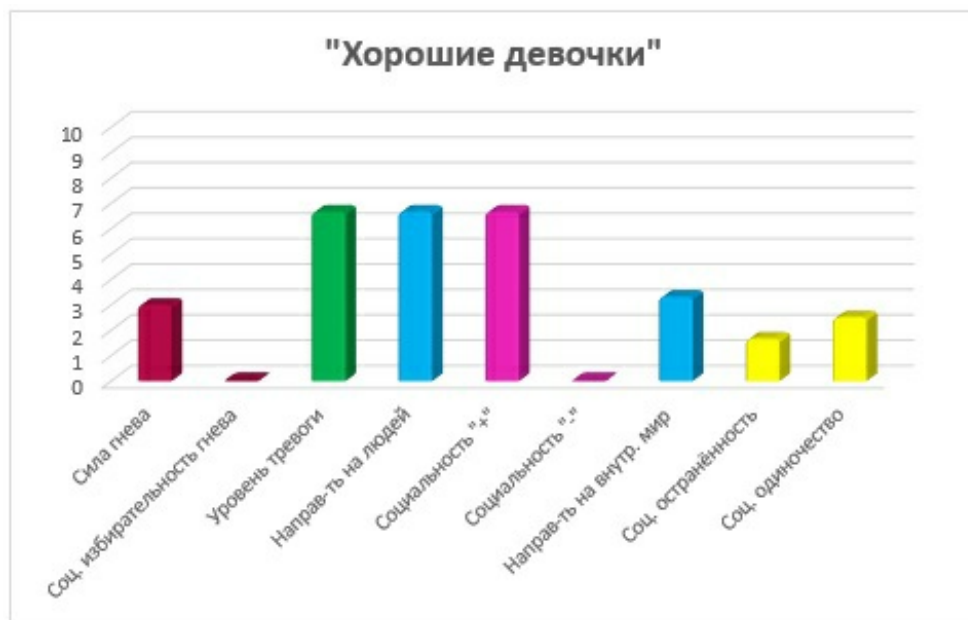
Затем мы разделили участников исследования на пять групп и описали типичные психологические портреты представителей каждой группы. Распределение осуществлялось в зависимости от особенностей гнева по качеству, силе и его направленности, также в зависимости от уровня тревоги, особенностей социальности и типичных способов совладания с трудностями.

Были выявлены следующие группы детей.

1. Группу, условно названную нами «Хорошие девочки», составили 30% участников исследования, которые являются представителями исключительно женского пола. Они склонны подавлять гнев, он слабый по степени выраженности и не является социально дифференцированным. Большинство представителей данной группы направлены на общение и взаимодействие с окружающими, проявляют дружелюбие. Но у некоторых «Хороших девочек» внимание сфокусировано на их внутренне мире, и они демонстрируют признаки социального одиночества. Для них характерен уровень тревоги выше среднего, а ведущими страхами являются страхи, связанные с возможностью нанесения ущерба вследствие стихийных бедствий или социальных

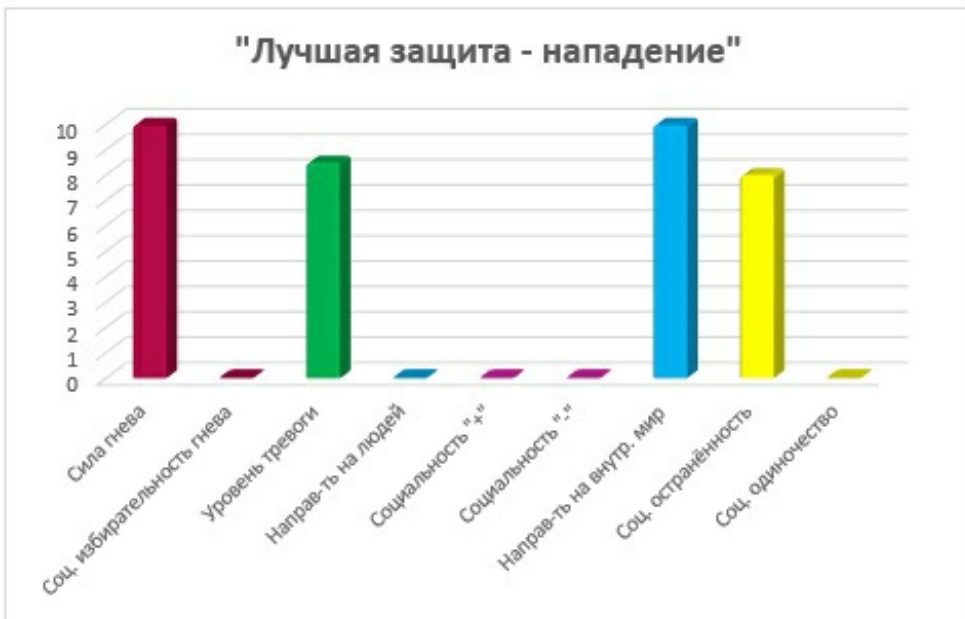
катастроф. Чаще всего это боязнь пожара и войны. Они проявляются минимум у 50% испытуемых. Справляться со страхами младшим школьникам этой группы помогает стремление быть «хорошим». Предполагается, что выполнение требований общества поможет избежать неблагоприятного развития событий и защитит самого ребенка от неприятностей.

Рисунок 1. Психологический портрет группы под названием «Хорошие девочки».



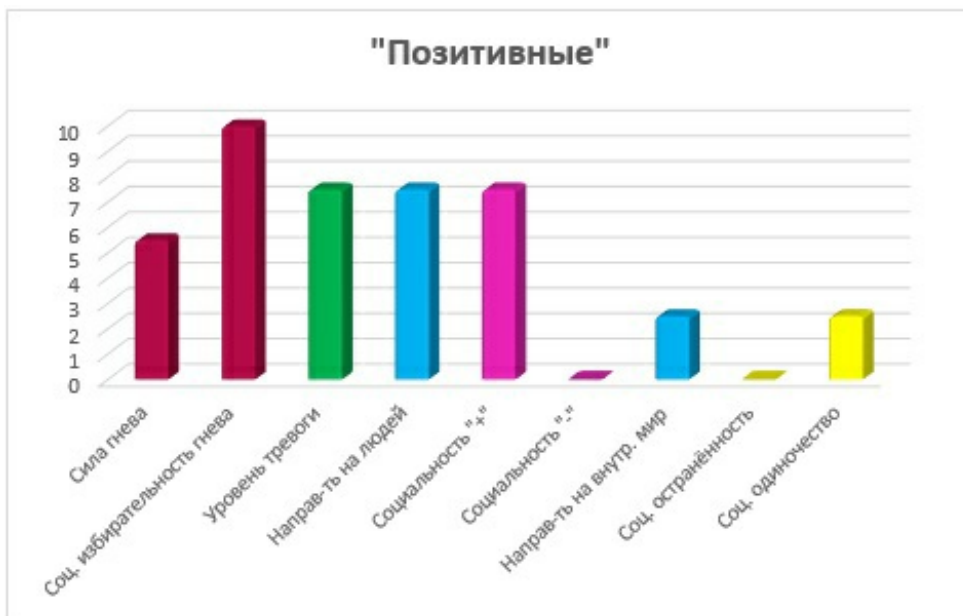
2. Дети из группы под названием «Лучшая защита - нападение» проявляют сильный враждебный и недифференцированный гнев. Их внимание направлено на собственный внутренний мир. В наблюдении зафиксированы признаки социальной отстранённости. Для совладания с трудностями они используют стратегию нападения и закономерно сами боятся, что нападут на них (100 %). Одновременно с этим у них высокий уровень тревоги. К данной группе принадлежат 10% участников исследования.

Рисунок 2. Психологический портрет группы под названием «Лучшая защита - нападение».



3. В категорию «Позитивные» входят 20% участников исследования, которые проявляют умеренный, защитный, избирательный гнев. Их фокус внимания направлен на окружающих людей, к которым они склоны проявлять доброжелательность. Для совладания с трудностями они используют искусственную весёлость и сверхдружелюбие. У «Позитивных» уровень тревоги выше среднего. По содержанию их страхи довольно разнообразны и связаны с низким порогом чувствительности, возможностью чрезвычайных ситуаций и нападений. Среди зафиксированных страхов боязнь неожиданных резких звуков, пожара, нападения и т.д.

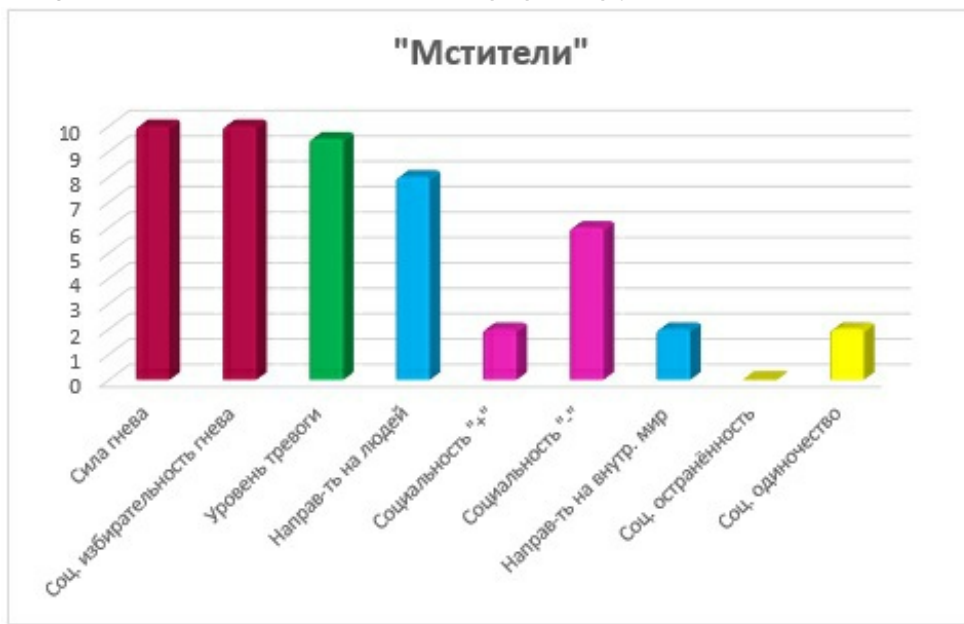
Рисунок 3. Психологический портрет группы под названием «Позитивные».



4. Для детей четвертой выделенной группы характерны идеи самозащиты путём мести обидчику. Условно назовём их «Мстители», к ним были отнесены 25% участников исследования. Как правило, это темпераментные активные дети, для которых в случае нанесения им ущерба характерно выражение сильного враждебного гнева,

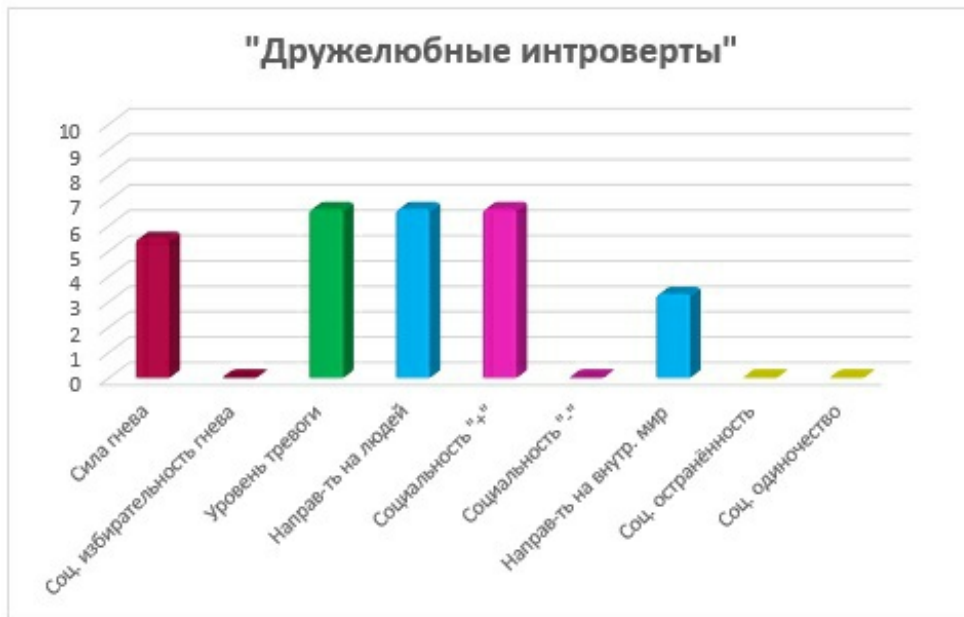
избирательно направленного на обидчика. Прослеживается стремление причинить вред другим, отомстить. Активная реализация мотива мести осуществляется посредством нападения. У детей этой группы больше всего страхов (10 категорий). По содержанию это как типичные для большинства испытуемых страхи, так и страх медицинских манипуляций, который не встречался у детей других групп. Возможно, дело в том, что, испытав боль при осуществлении медицинского вмешательства, эти дети столкнулись с непризнанием существенности ущерба окружающими взрослыми. А, будучи довольно жизнестойкими в силу индивидуальных особенностей, они нашли для себя именно такой способ совладания с появившимся страхом.

Рисунок 4. Психологический портрет группы под названием «Мстители».



5. Еще одна группа детей была условно названа нами «Дружелюбные интроверты», она составляет 15% от общего числа испытуемых. У большинства представителей данной группы внимание направлено на собственный внутренний мир, при этом у них не было зафиксировано признаков социального одиночества или отстранённости. Для них характерны умеренный недифференцированный гнев, средний уровень тревоги и страхи перед пожаром и неожиданными резкими звуками.

Рисунок 5. Психологический портрет группы под названием «Дружелюбные интроверты».



Стоит отметить, что страхи стихии, потери родителей, а также связанные со школой были выявлены у большинства испытуемых, но не были взяты в рассмотрение в силу их возрастной нормативности.

Кроме того, было выявлено, что у детей с дифференцированным избирательным гневом количество страхов превышает норму в 89 % случаев, а у детей с недифференцированным гневом – в 45 % случаев. Выявленные различия статистически значимы по критерию Пирсона ($\chi^2=4,105$, p

Итак, были выявлены как возрастные особенности гнева и страха младших школьников, так и их типичные индивидуальные варианты. Что может служить основанием для планирования и проведения коррекционно-развивающей работы с младшими школьниками специалистами ДЮЦ, на базе которого проводилось исследование.

Разработанная нами программа направлена на обучение навыкам распознавания собственных эмоций и чувств, проработку и отреагирование гнева в приемлемых формах, нейтрализацию страхов и эмоционально-отрицательных переживаний, обучение приемам регуляции своего эмоционального состояния, создание положительного эмоционального фона и снижение эмоционального напряжения детей. Программа предполагает работу через рисунок и глинотерапию в арт-терапевтической группе, для которой оптимальное количество участников 5-7 человек. Она включает в себя 15 занятий, продолжительностью в 60 минут, дважды в неделю. Общая длительность всего цикла составляет 7-8 недель. На основе данных исследования для отдельных детей предлагаются, помимо общих для возраста, также индивидуальные мишени работы. Коррекционно-развивающая работа будет осуществляться специалистом с высшим психологическим образованием, владеющим техниками арт-терапии. Каждое занятие детально расписано, составлен пошаговый план программы, к которому прилагается описание всех упражнений, предлагаемых

нами к использованию и необходимому оборудованию для психологической коррекции проявлений страха и гнева младших школьников.

Список литературы

Список литературы:

1. Андрушина Л.О. Психологическая профилактика агрессивного поведения школьников/ Л.О. Андрушина. — Спб.: Тверь, 2003. — 202 с.
2. Безруких М.М. Школьные и семейные факторы риска, их влияние на физическое и психическое здоровье детей // Вестник практической психологии образования. — 2011. — № 1.
3. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А.И. Захаров // М.: Речь. — 2005. — 320 с.
4. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. — СПб: Питер, 2001. — 752 с.
5. Мосина Т.Н. Агрессивное поведение детей младшего школьного возраста / Т.Н. Мосина // Санкт-петербургский образовательный вестник. — 2018.
6. Обухова Л. Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. — М.: Тривола, 1995. — 360 с.
7. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. — М.: ТЦ «Сфера». — 1996. — 237 с.
8. Оклендер В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской психотерапии: Пер. с англ./ В. Оклендер; Под ред. Ф. Б. Березина, Е. А. Спиркиной, Е. Д. Соколовой. — М.: Независимая фирма "Класс", — 2000. — 336 с.
9. Рожков О.П. Коррекция агрессивного поведения у детей от 5 до 14 лет. — М.: «Модек», 2007 — 56 с.
10. Российское государственное информационное агентство федерального уровня ТАСС: сайт. — Москва. — 2015. — URL: <https://tass.ru/obschestvo/2332218> (дата обращения: 14.05.2020).
11. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей / Т.П. Смирнова. — Ростов н/Д: «Феникс», 2010. — 160 с.

Psychological sciences

The use of art therapy in work with primary school children's fear and anger

SOROKINA Irina Sergeevna

bachelor course, PetrSU (Lenin Str., 33),
ssddii@mail.ru

Ключевые слова:

emotional sphere of primary school students
anger
fear
art therapy

Аннотация: The article is devoted to peculiarities of primary school children's fear and anger, describes typical psychological portraits, includes analysis of differences in the amount of fears between children with varied manifestation of anger. The research problem is that it is necessary to carry out of correction- and development-education with younger students with emotional difficulties. The result of the research was the conclusions about age and individual variants of primary school children's fear and anger manifestations, also was developed correction- and development-program.

Bibliography

1. Andryushina L.O. Psychological prevention of aggressive behavior of schoolchildren / L.O. Andryushina. — St. Petersburg: Tver, 2003. — 202 p.
2. Bezrukikh M.M. School and family risk factors, their impact on the physical and mental health of children // Bulletin of practical psychology of education. — 2011. — № 1.
3. Zakharov A. I. Day and night fears in children / A.I. Zakharov // M.: Speech. — 2005. — 320 p.
4. Ilyin E.P. Emotions and feelings. - St. Petersburg: Peter, 2001. — 752 p.
5. Mosina T.N. Aggressive behavior of children of primary school age / T.N. Mosina // St. Petersburg Educational Bulletin. — 2018.
6. Obukhova L. F. Children's psychology: theories, facts, problems. — M.: Trivola, 1995. — 360 p.
7. Ovcharova R.V. Practical psychology in elementary school. — M.: TC "Sphere". — 1996. — 237 p.
8. Oaklander V. Windows to Our Children: a Guide to child psychotherapy: Per. from English / V. Auckland; Ed. F. B. Berezina, E. A. Spirikina, E. D. Sokolova. - M.: Independent firm "Class", — 2000. — 336 p.
9. Rozhkov O.P. Correction of aggressive behavior in children from 5 to 14 years. — M.: "Modek", 2007 — 56 p.
10. Russian state news agency of the federal level TASS: site. — Moscow. — 2015. — URL: <https://tass.ru/obschestvo/2332218> (accessed date: 05/14/2020).
11. Smirnova T.P. Psychological correction of children's aggressive behavior / T.P. Smirnova. — Rostov: Phoenix, 2010. — 160 p.