



2. Гуцало Е. У. Вікова психологія : Курс лекцій. Кіровоград. держ. пед. ун-т ім. В.Винниченка. Каф. психології. Кіровоград, 2014
3. Токарева Н. М. Сучасний підліток у системі психологопедагогічного супроводу : монографія. Кривий Ріг, 2014 312 с.
4. Юнг Н. В., Смокова Л. С., Кологривова Н. М.. Роль соціума у формуванні особистості підлітка Науковий журнал «Габітус». *Психологія особистості*. 2021. Випуск 24. Т. 2. С. 118-124

Вагабова А.О.,

старший викладач кафедри практичної психології,
Маріупольський державний університет

Ревякіна О.І.,

старший викладач кафедри практичної психології,
Маріупольський державний університет

ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ АРТ-ТЕРАПІЇ ЯК ЗАСОБІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ (ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ)

Важливим пріоритетом діяльності школи є забезпечення психологічної стійкості учасників освітнього процесу, умов для збереження психологічного здоров'я, а саме: систематичне надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки, стабілізація психологічного стану дітей, батьків та педагогів.

Під час воєнних дій психіка людини перебуває в постійному напруженні. Реакціями на стресові та травматичні події можуть бути страх, ступор, плач, агресія, апатія тощо.

Освіта як система стає стабілізуючим фактором у житті суспільства, освітні заклади через систему навчання і виховання створюють особливий освітній простір, у якому діти та їхні батьки відчувають стабільність, повагу і турботу. Нестабільна ситуація на усій території нашої держави спричиняє зростання рівня тривожності на рівні нації та актуалізує різні емоції і почуття, з якими складно впоратись, які складно витримувати і дорослим, і дітям [2, с. 142].

У ситуації війни найбільше потерпають діти. Це безумовно пов'язано з особливостями психоемоційного та психофізіологічного розвитку. Все більше дітей мають емоційні проблеми, знаходяться в стані афективної напруги через постійне почуття безпорадності, відсутності опори у близькому оточенні, зовнішні агресивні чинники. Все це призводить до виникнення психотравм.

Психологічною травмою (психотравмою) називають переживання невідповідності між загрозливими факторами ситуації та індивідуальними можливостями їх подолання, яке супроводжується інтенсивним страхом, гострим відчуттям безпорадності та втрати контролю когнітивними змінами та змінами у способах регуляції афектів, що спричиняє іноді тривалі фізичні, психічні та особистісні розлади. Травматичний досвід, отриманий в дитинстві, впливає на загальний розвиток дитини.



Найчастіше серед симптомів психотравми ми спостерігаємо несподівані спогади, порушення сну, відмова від їжі, зниження пам'яті, уваги, нав'язливі думки, втрату життєвих перспектив, дратівливість, депресію, загальну тривожність, страхи, порушення спілкування, емоційні сплески, пригніченість, істерики, напади паніки, загострення емоційних чи поведінкових порушень, що були раніше, регресію, труднощі сепарації. Зазначимо, що не всі діти одного віку однаково реагують на одну й ту саму травматичну ситуацію, її вплив може бути різним. Це залежить, зокрема, від фізичних, соціальних та психологічних особливостей дитини. Отже, і психологічна допомога має бути відповідною [1, с. 31].

Отже, діти потребують допомоги і підтримки у тому, як впоратися зі стресом під час війни, знайти способи адаптуватися до нових умов існування і впоратися з труднощами для запобігання розвитку проблем у сфері психічного здоров'я.

Саме тому дуже важливою є робота працівників психологічної служби, які покликані допомогти дітям опрацювати неефективні реакції на стрес, напрацювати механізми стресостійкості, навчити технікам, які допоможуть стабілізуватися та легше впоратися зі спогадами про пережите.

Дуже дієвим та актуальним методом є саме арт-терапія як засіб невербального спілкування, що робить її особливо цінною та результативною щодо проживання таких станів. «Арт-терапія – це технології створення та використання різних творів мистецтва з метою передачі почуттів, емоцій та інших проявів психіки людини; це інструмент для дослідження і гармонізації тих сторін внутрішнього світу людини, для вираження яких слова не підходять» [3, с. 7, 2–30].

Під арт-терапією, в широкому сенсі, розуміють використання всіх видів мистецтв з лікувальною, корекційною та розвиваючою метою. До основних напрямків арт-терапії відносять: ізотерапію, ігротерапію, піскову терапію, глинотерапію та тістотерапію, казкотерапію, мандалотерапію, колажування, маскотерапію, метафоричні асоціативні карти, драматерапію, музикотерапію, мультитерапію. Це найбільш розроблений напрямок із величезною кількістю технік, прийомів, методик.

Творчість спонукає не тільки до відбиття у свідомості людини навколишньої дійсності, але і надає можливості її трансформації. Арт-терапія є потужним напрямом психологічної допомоги особистості, це невербальна форма роботи, яка не має обмежень у використанні.

Маркова Н. В. визначає, що невербальні засоби часто є єдино можливими для вираження і прояснення травмуючого емоційного стану. А лікувально-корекційні ефекти арт-терапії можуть проявлятися завдяки образотворчій діяльності навіть при відсутності подальшої вербалізації переживань, що пов'язано з дією цілого ряду терапевтичних чинників і механізмів (релаксація, катарсис, розвиток навичок самоорганізації та прийняття рішень, переживання інсайту і ін.) [4, с. 110].

Використання творчої взаємодії батьків і дітей, дітей та педагогів як чинника гармонізації психологічного стану, сімейних стосунків, стосунків «педагог – учень», «дитина – дитина», ефективності освітнього процесу є безумовно



важливим та дієвим. Вже сьогодні арт-терапія демонструє реалізацію таких завдань як: формування почуття безпеки, зняття психоемоційної напруги, навчання дітей і батьків вираженню власних емоцій, почуттів та потреб, налагодження емоційного зв'язку між батьками і дитиною, розвитку навички спільної взаємодії та співпраці, розвиток нестандартного підходу до життєвих питань і ситуацій, який сприяє більш легкій адаптації до нових життєвих умов.

Арт-терапія для дітей та дорослих дає можливість зблизитися і отримати дивовижний, унікальний досвід спільної творчої діяльності. Заняття сприяють гармонізації міжособистісних стосунків.

Отже, спеціальні арт-терапевтичні методики і вправи допомагають дітям і дорослим впоратися з депресивними станами, прожити і позбутися негативних емоцій, переживань, відчути себе впевненішими, відкрити нові горизонти через творчість і відродити віру в свої сили та можливості та безумовно впливають на ефективність та адаптацію до освітнього простору [2, с. 143].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондаренко Л.О., Шелкошвеев І.В. Простір арт-терапії для зцілення дітей в умовах війни. Тези доповідей учасників міжнародного психологічного форуму. Особистість, Суспільство, Війна. Харків, 2022.
2. Галіцина Л.В. Арт-терапія як засіб психологічної адаптації в умовах воєнного стану. Порадник III. Організація діяльності закладів освіти в умовах воєнного стану. Порадник III. Київ. 2022. с.142.
3. Деркач О.О. Педагогіка творчості. Навчально-методичний посібник. Вінниця, 2009. с. 88.
4. Маркова Н.В. Можливості арт-терапії у системі комплексної допомоги дітям, які постраждали від локального військового конфлікту // Підтримка та реабілітація учасників АТО в Україні: досвід та перспективи: тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції. Хмельницький, 2016. с. 110.

Деснова І.С.,

к. пед. наук, доцент,
доцент кафедри практичної психології,
Маріупольський державний університет

Крутій К.Л.,

д. пед. наук, професор,
професор кафедри дошкільної освіти,
Маріупольський державний університет

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ЕМЕРДЖЕНТНОГО ЧИТАННЯ В ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Читання як культурне надбання еволюції людства виникло 3,800 років потому. Відповідно, мозок дитини, яка навчається має пристосовуватись до символів у вигляді літер, що групуються в слова з певним значенням. Просте для