

5. Emotional development and emotional intelligence — educational implications Ed. by P. Salovey and D. Sluter.— New York, 1993.
6. Fisher K.W. Shaver, P.R. and Carnochan P. How emotions develop and how they organize development. // Cognition and Emotion.— 1990,— P. 4, p. 81-127.

О.С. БЕЗВЕРХИЙ,
кандидат психологічних наук

ЕМАГОТЕРАПІЯ ЯК ОПТИМАЛЬНИЙ МЕТОД ПСИХОКОРЕКЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

Рассмотрены возможности эмаготерапии как оптимального метода психокоррекции личностного развития студентов с особыми потребностями, проанализированы результаты исследования этой проблемы, проведенного на кафедре психологии Винницкого филиала Университета "Украина".

Унаслідок соціально-економічних реформ в Україні, що супроводжуються як позитивними, так і, на жаль, негативними змінами у багатьох сферах суспільного життя, загострилася проблема надання психологічної допомоги. Значний попит на неї у студентів з особливими потребами. Більшість з них переважно вийшли з-під опіки сім'ї, яка є важливим чинником психологічної підтримки та психологічного захисту. І все ж це дозволяє уникнути відчужених проблем з психологічною адаптацією. Це передусім стосується інвалідів. Адже юність, особливо студентська, є періодом, упродовж якого проблеми психологічної адаптації, психологічної підтримки та подолання кризових явищ в житті є вкрай актуальними для таких осіб. У Відкритому міжнародному університеті розвитку людини „Україна”, однією з головних цілей якого є забезпечення якісного навчання та особистісного розвитку студентів з особливими потребами, названі проблеми можуть успішно розв'язуватись, на що, зокрема, спрямовані зусилля і кафедри психології його Вінницької філії.

Проведені на кафедрі дослідження проблеми надання психологічної допомоги названій категорії студентів дали змогу визначити оптимальні методи і форми надання такої допомоги.

У нашому дослідженні перевірялася можливість поліпшення психологічної адаптованості студентів з використанням методу психокорекції. Обираючи варіант психокорекції, ми розглянули такі можливі методи, які можуть бути ефективно застосовані. Йдеться про психотерапію мистецтвом (арт-терапію); групову психотерапію; емаготерапію [1-4]. Дамо коротку характеристику цим

методам та порівняємо можливість їх ефективного використання для психокорекції молодшого школяра.

1. *Арт-терапія* [3, с. 9-10]. У цьому виді психотерапії внутрішні конфлікти людини виражаються через образотворчу й художню діяльність — малювання, ліплення, танці, гру на музичних інструментах тощо. Невербальні засоби допомагають обходити “цензуру свідомості” й виражати несвідомий шар психіки і витіснені утворення. Продукти образотворчої діяльності дають змогу здійснювати ретроспективну оцінку стану людини. Арт-терапія викликає переважно позитивні емоції, допомагає мобілізувати творчий потенціал, подолати апатію й безініціативність. Вона, на думку певної частини своїх послідовників, ефективна при корекції неглибоких особистісних порушень переважно невротичного характеру [3, с. 22].

2. *Групова психотерапія* [6]. Означена терапія для дітей має допоміжне значення. З її допомогою знімаються слідові реакції психічних травм, долаються страхи, підвищується адекватність самооцінки, набуваються адаптивні ролі та безконфліктні способи спілкування. Стосовно впливу на внутрішні конфлікти дитини групову терапію має дуже обмежене значення через низькі можливості рефлексії й усвідомлення особистісних конфліктів.

3. *На емаготерапію* (терапію образами), різновидом якої є символдрама, як на один із сучасних видів психокорекції порушень особистісного розвитку, вказують фахівці Московського інституту практичної психології [4]. Цей метод полягає в маніпуляції уявними образами, яку здійснює дитина у співпраці з психологом. Згідно з дослідженнями науковців, в уявних образах відображаються внутрішні конфлікти та проблеми особистості, в тому числі й порушення моральної саморегуляції. Маніпулюючи образами, дитина може досягати змін у своїй особистості. Цінність емаготерапії полягає в тому, що терапевтичний ефект досягається без глибокої рефлексії, що робить її цінною для студентів з особливими потребами, які нерідко мають потужну систему психічного захисту і знижену здатність до рефлексії. Символдрама є одним з методів емаготерапії, що створений німецьким психологом Х. Лейнером [1; 2]. За своєю формою символдрама — ігрова взаємодія людини з уявними образами за певними правилами [6]. В символдрамі напрацьовано набір стандартних тем, які мають великий терапевтичний потенціал.

Із погляду практичного використання у роботі зі студентами з особливими потребами, вона є оптимальним методом психокорекції. Причин тому кілька. По-перше, символдрама за своїми терапевтичними можливостями корекції психосоціальної сфери молодшого школяра не поступається груповій психотерапії — провідному методу сучасної психотерапії; по-друге, символдрама не потребує значних матеріальних витрат; по-третє, образи уяви — дуже пластичний матеріал, тому в символдрамі внутрішні конфлікти юнака (чи юнки) виражаються повно і адекватно; по-четверте, символдрама є прямим контактом людини зі своїм внутрішнім світом та глибинними шарами психіки, тому вона висуває менші вимоги до взаємин особи із психотерапевтом; по-п'яте, символдрама є короткочасною терапією і курс її

в переважній більшості випадків не перевищує 15 сеансів, сеанс символдрами займає не більше 30 хвилин і призначається 1-3 рази на тиждень; і насамкінець, символдрама дає терапевтичний ефект навіть за умов несприятливої для людини соціальної ситуації [2, с. 96-97].

Є переваги і в навчанні психолога за згаданим методом. Воно може бути проведено значно швидше, ніж при роботі за іншими методами.

Таким чином, використання символдрами в роботі зі студентами з особливими проблемами є оптимальним для розв'язання проблем їхньої психологічної адаптації.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Лейнер Х.* Кататимное переживание образов/Пер. с нем. Я.Л.Обухова. — М.: "Эйдос", 1996.
2. *Обухов Я.Л.* Символдрама: Кататимно-имажинативная психотерапия детей и подростков. — М.: "Эйдос", 1997.
3. *Практикум по арт-терапии*/Под ред. А.И.Копытина. — СПб.: Питер, 2000.
4. *Практическая психология образования: Учеб. для студентов высших и средних специальных учебных заведений*/ Под ред. И.В. Дубровиной. 2-е изд. — М.: ТЦ "Сфера", 1998.
5. *Ялом И.* Теория и практика групповой психотерапии. — СПб.: Питер, 2000.
6. *Томас К.* Переживание образов: Высшая ступень аутогенной тренировки. — М.: "Эйдос", 1994.

УДК 796.2: 612.89-008.454-053.2

ББК 75.5

**О. М. ЛЕСЬКО,
В. М. ТРАЧ,**
доцент

РУХОВІ ІГРИ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

Предлагается введение дополнительного третьего игрового урока по физической культуре для младших школьников с задержкой психического развития, который положительно воспринимается учениками и является эффективным средством физической коррекции указанного контингента детей.

Proposed adding one more lesson of physical training for infant-school pupils who have mental retardation as is an effective way to correct mental retardation.

Останнім часом серйозну проблему становлять діти із затримкою психічного розвитку (ЗПР), кількість яких на тлі загального погіршення дитячого здоров'я в Україні все збільшується. За останніми даними, такі діти становлять близько 15% загальної кількості тих, котрі вступають до першого класу загальноосвітньої школи [1; 4]. Систематичне вивчення проблем виховання дітей із ЗПР, розпочате ще в 70-х роках, показало, що раціонально організований навчально-виховний режим дає змогу поліпшити психофізичні можливості таких дітей.

З огляду на це можна припустити, що раціональна зміна рухового режиму, тобто збільшення рухової активності за рахунок введення третього ігрового уроку на тиждень, може бути ефективним методом корекції насамперед психічних, а також фізичних якостей для учнів молодших класів із ЗПР.

А.С. Макаренко писав: "Гра має важливе значення в житті дитини, має те саме значення, яке в дорослого має діяльність, робота, служба. Яка дитина в грі, такою з багатьох поглядів буде в роботі, коли виросте..."

З огляду на нагромаджений досвід із вдосконалення процесу фізичної культури дітей молодшого шкільного віку, метою роботи було визначення ефективності розроблених нами методичних рекомендацій, пов'язаних із уведенням третього ігрового уроку фізичної культури для учнів молодшого шкільного віку із ЗПР. Рухові ігри — це найголовніший і найвагоміший засіб фізичного виховання, удосконалення техніки фізичних вправ та розвитку рухових якостей у дошкільному та молодшому шкільному віці [2; 3; 5]. Для дітей ігри — це їхнє безпосереднє життя, а педагог за допомогою ігор формує у своїх вихованців риси характеру, які необхідні людині. Педагогічний експеримент тривав із вересня 2001 р. до травня 2002 р. у навчально-реабілітаційному центрі інтенсивної педагогічної корекції "Мрія" м. Львова. В дослідженні взяли участь 64 учні молодшого шкільного віку (1—3-ті класи), з ними проводили два уроки фізичної культури на тиждень у контрольній групі і три уроки фізичної культури на тиждень у досліджуваній групі. Для проведення експерименту було створено контрольну і експериментальну групи в першому класі по 10 школярів, в другому — по 12 школярів і в третьому — по 10 школярів як у контрольній, так і в експериментальній групах.

У дослідженнях використовували такі методи:

- а) визначення антропометричних даних: вимірювали
 - ріст, см;
 - масу, кг;
 - обвід грудної клітки, см;
- б) проведення інструментальних тестів з фізичної підготовки у таких вправах:
 - стрибок у довжину з місця, см;
 - човниковий біг (5×10 м) с;
 - піднімання тулуба, (кількість разів за 30 с);
 - нахил тулуба вперед з положення сидячи, см;