

ГУД Г.О.

викладач Барського гуманітарно-педагогічного коледжу імені Михайла Грушевського, м. Бар

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ НЕГАТИВНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

У статті висвітлено результати емпіричного дослідження, отримані внаслідок апробації авторської програми формування толерантності до негативних переживань в молодшому шкільному віці. Виокремлено чинники, що сприяють формуванню толерантності негативних переживань в молодшому шкільному віці, а саме: стресостійкість, емоційна стабільність, емоційна врівноваженість, а також дружелюбність, схильність до спільної взаємодії.

Охарактеризовано провідні компоненти профілактики та корекції негативних переживань в молодшому шкільному віці: афективний (психопрофілактика та психокорекція домінуючих станів, емоцій, почуттів, настроїв завдяки спеціальним дихальним й руховим вправам, що сприяють покращенню нейродинамічної складової психічної діяльності); когнітивний (розвиток пізнавальних здібностей); мотиваційно-смысловий (формування нейтрального ставлення до фрустрації, впевненості в собі й успішності); поведінковий (формування умінь взаємодії в умовах спільної діяльності, успішної комунікації); часово-просторовий (орієнтації в часі й просторі завдяки спеціальним тренінговим вправам, іграм).

Здійснено факторний аналіз одержаних емпіричних даних за усіма вибірками учнів початкових класів, котрі увійшли до експериментальних груп, та були задіяні у програму психологічної профілактики та корекції наслідків негативних переживань.

Ключові слова: комплексна корекція, молодший шкільний вік, негативні переживання, толерантність до негативних переживань, профілактика та корекція негативних переживань.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями.

Суб'єктивний досвід негативних переживань неможливо вивчати поза контекстом феноменології переживання й широкого спектру емоційних станів, настроїв, почуттів, що утворюють складну структуру емоційної сфери молодших школярів. Від емоційних компонентів відносин зі значущими для дитини людьми, якими, в даному випадку, є не тільки батьки, а й однолітки, педагоги, залежить ставлення її до самої себе, образ «Я» і загальний емоційний фон, що, безумовно, набуває специфічного значення саме у цей період. При цьому школа є тим середовищем, що виявляє негативні властивості дитини, які

сформувалися у родині та слугує відповідним стимулом, котрий провокує негативні реакції. Втім, неможна не визнати, що специфіка навчання, що превалює у сучасних загальноосвітніх школах, авторитарність вчителів, обговорення особистісних властивостей учнів, ситуації неуспіху у навчальній діяльності, все це спричинює переживання негативних емоцій, тривоги, страху.

Відтак, зростає кількість дітей з емоційними проблемами, які перебувають у стані афективної напруженості через постійне почуття незахищеності, безпорадності, відсутності опори в близькому оточенні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед провідних чинників негативних переживань молодших школярів найчастіше у наукових працях виокремлюються такі як: невідповідність особистих очікувань з оцінюваннями референтною групою однолітків та оцінюванням вчителями та батьками (М. Боришевський, М. Велс, Н. Литвиненко, Ю. Бабаян), взаємозв'язок навчальної діяльності з нудьгуванням, острахом, (О. Макаренко, В. Вінс, М. Голубєва, М. Скаткін); ситуації неуспіху, що викликаються авторитарністю та звинуваченнями батьків (О. Вовчик-Блакитна, Н. Славіна); емоційний дискомфорт родинних, зокрема дитячо-батьківських стосунків (А. Прихожан).

Специфіку проявів тривожності у молодших школярів у своїх дослідженнях широко розглядали О. Казаннікова, Є. Малкова, М. Марусинець, С. Прахова А. Прихожан, С. Ставицька, Я. Омельченко, А. Шамне. Однак до нині відсутня чітка класифікація та системний аналіз виникнення, перебігу та особливостей розвитку негативних переживань молодших школярів; відсутні рекомендації щодо їхньої комплексної профілактики та корекції. Тому, актуальним видається висвітлення саме питання формування толерантності до негативних переживань у молодших школярів.

Мета статті – апробація авторської програми формування толерантності до негативних переживань дітьми молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Формування толерантного ставлення до негативних переживань в молодшому шкільному віці ми розглядаємо як систему певних конструктів, серед яких превалюють: когнітивний, мотиваційний та ціннісний. Негативні переживання, як психологічний феномен цілісно віддзеркалюють складну й багатоаспектну психологічну реальність, ґрунтуються на особистісній та ситуативній тривожності, страхах пов'язаних із ситуаціями шкільного життя, невпевненістю у собі; проте формування уміння опановувати власний емоційний стан сприяє толерантності щодо негативних переживань й у процесі формування такого уміння відбуваються психічні та особистісні змінювання, що уможливлюють

профілактику та корекцію негативних наслідків таких переживань в молодшому шкільному віці.

Психологічна дія комплексної корекції негативних переживань особистості молодшого шкільного віку здійснюється через цілеспрямований психолого-педагогічний вплив на *негативні почуття* (злість, чуттєве переживання, туга, смуток, нудьга) через формування товаришкості й гуманістичну спрямованість молодшого школяра; *негативні емоції* (печаль, горе, тривога, страх, дисфорія, нудота) через спеціальні вправи, що сприяють організації саморегуляції психічного стану; *негативні стани* (дефензивність, емоційна інертність, сором'язливість, тривожна недовірливість, фрустрація, аутофобія, інтерпретування, аутоагресія, психологічна травма) завдяки зверненню по психологічну допомогу до фахівців..

Суттєвими *чинниками*, що сприяють формуванню толерантності негативних переживань в молодшому шкільному віці є *особистісні властивості*, а саме: стресостійкість, емоційна стабільність, емоційна врівноваженість, а також дружелюбність, схильність до спільної взаємодії, наданні психологічної підтримки тим, хто її потребує, відкритості й щирості.

Провідними *компонентами профілактики та корекції* негативних переживань в молодшому шкільному віці є: афективний (психопрофілактика та психокорекція домінуючих станів, емоцій, почуттів, настроїв завдяки спеціальним дихальним й руховим вправам, що сприяють покращенню нейродинамічної складової психічної діяльності); когнітивний (розвиток пізнавальних здібностей); мотиваційно-смісловий (формування нейтрального ставлення до фрустрації, впевненості в собі й успішності); поведінковий (формування умінь взаємодії в умовах спільної діяльності, успішної комунікації); часово-просторовий (орієнтації в часі й просторі завдяки спеціальним тренінговим вправам, іграм). Внаслідок, важливості компоненту *досвіду* (життя), що розгортається через переживання власного «Я», бажань, потреб, чуттєве переживання, формується гуманістична спрямованість особистості. Тому, переживання життя в цілому сприяє екзистенції переживання, тобто позитивному ставленні до себе й світу. Суттєвим аспектом позитивного переживання виступають соціальні почуття, пов'язані із успішністю й реалізованістю упродовж шкільного життя.

Головними аспектами формування толерантності до негативних переживань в молодшому шкільному віці виокремлено такі: екзистенційний (загальні змістовні характеристики, пов'язані з ціннісно-смісловими орієнтаціями; діяльнісні (загальні змістовні характеристики, пов'язані з діяльністю, спільною взаємодією); психолого-педагогічний (загальні змістовні характеристики, пов'язані з психологічними проявами успішності взаємодії, спільної діяльності, управління настроєм).

Окрім цього, окремого значення набувають *семантичні компоненти формування толерантності до негативних переживань*: вітальний зміст: життєрадісність, позитивно забарвлені слова-дії; психологічний зміст: емоція, стан, почуття, душевна гармонія, врівноваженість; діяльнісно-результативний зміст: активна сила; просторово-часовий зміст: позитивні переживання як певна субстанція, власне простір; кольорові, звукові, смакові властивості: переживання пов'язані із кольоровим спектром, музикою, смаком.

Формування толерантності до негативних переживань віддзеркалюється на розвитку особистості молодшого шкільного віку, що уособлюються у психічних та особистісних змінюваннях в наслідок умінь самоопанування емоційним станом: розвиток, «друге народження» (перехід на якісно новий рівень особистісного розвитку).

Визначення емоційно-особистісних властивостей молодших школярів є необхідним та головним компонентом програми психолого-педагогічного супроводу профілактики та корекції негативних переживань, пов'язаних із шкільним життям у учнів початкової школи.

Виходячи із результатів психодіагностичного дослідження, нами було обрано стратегію корекції, адже нейропсихологічні й психолого-педагогічні засоби на заняттях щільно переплітаються, утворюючи єдиний цілісний комплекс психологічних методик, що мають на меті подолання та компенсацію усіх слабких ланцюжків інтелектуального та психоемоційного розвитку особистості молодшого шкільного віку.

Таким чином, психологічна корекція емоційних порушень у молодших школярів – це організована система психологічних впливів, спрямованих на пом'якшення емоційного дискомфорту у дітей, підвищення їх активності та самостійності, подолання внутрішньо особистісних реакцій (таких як агресивність, підвищена збудливість, тривожна недовірливість тощо), що зумовлюються емоційними порушеннями.

Для здійснення психокорекційних засобів, спрямованих на подолання психоемоційних розладів варто розподілити систему впливів на групові та індивідуальні. Окрім цього, можливо застосовувати психодинамічний та поведінковий підходи задля вирішення завдань психокорекції [6].

У межах *психодинамічного підходу* акцентується увага, передусім, на створенні умов, що знімають зовнішні соціальні перешкоди на шляху розгортання інтрапсихічного конфлікту, успішному вирішенню якого сприяють сімейна психотерапія, ігри, арт-терапія тощо.

Система впливів у межах *поведінкового підходу* спрямовується на необхідності допомогти молодшому школяру засвоїти нові реакції, що сприяють формуванню адаптивних форм поведінки, а саме: різні поведінкові тренінги, психокорекційні вправи тощо.

Окрім цього, корекції емоційних порушень, негативних

переживань в молодшому шкільному віці сприяють такі базові засоби, застосовувані у психодинамічному та поведінковому підходах, як ігротерапія, арт-терапія, казкотерапія, поведінковий тренінг. Вибір засобів психокорекції негативних переживань залежить від специфіки психоемоційних порушень та конфлікту, що спричинюється емоційними розладами особистості.

У ситуації з внутрішньо особистісними конфліктами варто застосовувати засоби сімейної психокорекції. У випадку домінування міжособистісних конфліктів є необхідність застосовувати групову психокорекцію, що має вплив на оптимізацію міжособистісних взаємовідносин, психокорегувальні тренінги з метою розвитку умінь та навичок самоконтролю поведінки й пом'якшення емоційної напруги. Необхідно відзначити, що у всіх випадках варто враховувати ступінь складності емоційного неблагополуччя, негативних переживань та їх наслідків.

Взагалі у психотерапії, психокорекції негативних переживань вагоме місце належить ігровим засобам профілактики та корекції негативних переживань в молодшому шкільному віці. Так, у дослідженнях А. Соболева, Є. Ємельянова зазначається, що саме несформованість ігрової діяльності у дошкільному віці полягає у основі як навчальних, так і психоемоційних проблем, негативних переживань в молодшому шкільному віці [9].

Звісно, що гра є найприроднішою формою діяльності дитини. Упродовж гри формується активна взаємодія дитини із оточуючим світом, розвиваються її інтелектуальні, емоційно-вольові, моральні якості, формується особистість в цілому. Суттєвою психологічною ознакою гри є водночас переживання особистістю умовності й реальності ситуації, що складається [2, 4]. В умовних обставинах, які утворюються за певними правилами, гра надає можливість переживати успіх, пізнати власні фізичні та психічні ресурси. Такі властивості гри як провідної діяльності забезпечують дитині психокорекційний потенціал.

Саме в такий спосіб засоби корекції мають особливе значення у психокорекції негативних переживань та емоційних порушень у молодших школярів. У процесі емоційної корекції можливе застосування як спрямованої (директивної), так і недирективної ігрової терапії.

Недирективна ігрова корекція, що відбувається у вигляді вільної гри дитини, водночас вирішує такі завдання: сприяє розвитку самовираженню молодшого школяра; знімає емоційний дискомфорт, що є неприйнятним для дітей; формує процеси саморегуляції.

Ігрова психокорекція у вигляді сюжетно-рольової гри часто використовується у роботі із молодшими школярами з яскраво вираженими міжособистісними конфліктами й з порушеннями поведінки. Упродовж корекції учням вдається відтворити минуле або

теперішнє, а також моделювати новий досвід у можливих стресових умовах. Ефективність проведення сюжетно-рольової гри залежить в значному ступеню від соціального досвіду дитини, від особливостей її уявлень про людей, їх почуття та взаємовідносини. Сюжетно-рольові ігри сприяють корекції негативних переживань з боку самооцінки, формуванню у молодшого школяра позитивних відносин із однолітками та дорослими. Також вагоме значення має використання казкових сюжетів та ситуацій.

Дія казкових сюжетів складно переоцінити як у розвитку емоційної сфери, так і у процесі корекції труднощів, що виникають у молодших школярів, а казкові ситуації актуалізують уявлення учнів, розвивають у них уміння уявляти ігрові події, в яких опиняються персонажі. Дитина не лише повторює, вона створює образ персонажу, уподібнюється йому. Здатність особистості увійти в роль, уподібнитись такому образу є суттєвою умовою, що є необхідною для корекції не лише негативних переживань, емоційного дискомфорту, а також їх негативних наслідків. Власні негативні емоції та якості особистості учні переносять на ігровий образ, наділяючи ними ігровий персонаж.

Рухові ігри (п'ятнашки, піжмурки тощо) мають особливе значення у корекції емоційно-вольової сфери дитини. Такі ігри забезпечують емоційну розрядку, знімають гальмування, пов'язане із острахом, сприяють гнучкості поведінки, засвоєнню групових норм, розвивають координацію рухів.

Образотворче мистецтво (арт-терапія) як один з провідних засобів психокорекції емоційних порушень, негативних переживань у молодших школярів представлений багатьма видами. Так, арт-терапія має на меті розвиток самовираження й самопізнання. Творчість надає можливість виявити й відтворити внутрішні почуття, переживання, сумніви, конфлікти й сподівання у символічній формі, пережити ще раз важливі події, щоб проявити прихований зміст психічного.

Арт-терапія також може бути застосовувана під час корекції дитячо-батьківських відношень.

Малюнки дітей не лише відображають рівень розумового розвитку та індивідуальних особистісних властивостей, але, також виступають своєрідною проекцією особистості. Малюнок також виступає як засіб посилення почуття ідентичності особистості та допомагає молодшим школярам впізнати себе та власні здібності. Найефективнішою є арт-терапія для корекції острахів у молодших школярів та підлітків. Окрім малюнків для корекції страхів можливе виготовлення масок, фігурок з пластиліну, конструкцій з підручного матеріалу (з дроту, тканини, мотузок тощо).

Як сучасний засіб психотерапії у корекції негативних переживань молодших школярів, а також при сильних емоційних навантаженнях ефективно застосовується пісочна терапія. Дотик рук до піску надає людині відчуття спокою й водночас ресурсного відчуття великих

можливостей. Пісочна гра дозволяє не лише перенести власні переживання у пісочницю, але й успішно з ними взаємодіяти. Пісочна терапія може застосовувати як монотерапія (самостійна техніка є єдиною у програмі психолого-педагогічного супроводу, корекційній її частині), а також у поєднанні з іншими психотерапевтичними засобами, такими як арт-терапія, казкотерапія, символдрама тощо).

Упродовж гри молодший школяр вирішує власні внутрішні емоційні проблеми. Пісочна терапія занурює сприйняття особистості на більш глибокий рівень. Це дозволяє співвіднести гру із реальним життям, усвідомити те, що відбувається у її житті. Комбінування піску та води у якості робочих матеріалів посилює терапевтичний ефект.

Психотерапевтичні метафори застосовуються у практиці з метою подолання негативних переживань та поведінкових проявів у молодших школярів (труднощі у комунікації, агресія, сором'язливість, невпевненість у собі тощо), а також є корисними у роботі з батьками молодших школярів, тому що вони не є директивними та «повчальними», але діють на уяву, почуття та інтелект, активують внутрішні ресурси. Змінюючи життєві установки особистості, метафори мотивують щодо успіху, відкриваючи світ нових можливостей.

Психотерапевтична метафора відрізняється тим, що спрямовується на вирішення життєвої ситуації конкретної людини. Застосовуючи психотерапевтичну метафору психолог приховує справжню мету у тканині оповідання. Дитина сприймає лише вчинки, що описують події та дії, не розмірковуючи про прихований смисл. Застосування метафори фактично активізує усі психічні системи людини – від відчуттів до самосвідомості [3].

Особливості застосування метафоричного мовлення через оповідання, казку передбачає індивідуальний підхід до кожної дитини. Під час створення оповідань варто враховувати: рівень актуального розвитку дитини (за результатами нейродіагностування); вік особистості; соціальне середовище, оточення особистості; коло інтересу особистості та мету, яку необхідно досягти завдяки заняттям. Побудова сюжету метафори-казки здійснюється за темами, що є актуальними для молодших школярів, що уможлиблює ефективність психотерапевтичного впливу, психологічної роботи в цілому, тому що матеріал сприймається в такому випадку із зацікавленням. Психолог визначає мету, чітко розуміючи «слабкі ланки», пов'язані із віковим розвитком особистості, емоційно-особистісними проблемами й побажаннями батьків та вчителів. Казки та метафоричні оповідання можуть бути залучені у психологічні тренінги, стати складовою загальних та спеціалізованих нейропсихологічних корекційних вправ у русі навчальних занять з письма, мовлення, математики.

Під час корекційної програми гармонійний емоційний розвиток молодших школярів відбувається за трьома рівнями:

психофізіологічному, соціально-психологічному, естетичному.

Упродовж корекційної роботи психофізіологічний рівень емоційного розвитку молодшого школяра проявляється у концентрації уваги під час прослуховування казок або метафоричних оповідань, у адекватності реагування, мимовільних рухах через міміку, пантоміміку, жести, положення тіла що свідчить про неусвідомлене ставлення учнів до персонажів, та базується на умінні розрізняти емоційний стан за їх зовнішнім виглядом, проявами.

Суттєвою особливістю соціально-психологічного рівню емоційного розвитку молодших школярів є формування довільності. Соціально-психологічний рівень – вагоме спрямування розвитку емоційно-особистісної сфери молодшого школяра – поява здатності до керування емоціями, що є основою довільності поведінки.

У процесі сприймання та переживання особистістю казок в неї активізується механізм співпереживання персонажу, мисленнєвого програвання й відчуття її вчинків, тому в процесі корекції та терапії у молодшого школяра ефективно формуються соціально-психологічні почуття.

Естетичний рівень або рівень мистецького образу характеризується особливим видом емоційного пізнання, в межах якого дитина відображає дійсність у вигляді емоційного образу. Казки не лише поширюють уявлення молодшого школяра та збагачують його знання про реальність, а також казкові оповідання вводять особистість у світ почуттів, глибоких переживань та емоційних відкриттів.

Вплив казкових оповідань, метафоричних історій на гармонійний емоційний розвиток молодших школярів постає в тому, що упродовж диференціації уявлень про добро і зло відбувається формування гуманних почуттів та соціально-психологічних емоцій й здійснюється послідовний перехід від психофізіологічного рівню їх розвитку до соціально-психологічного, що забезпечує корекцію негативних переживань, утруднень як у поведінці, та к і в емоційному розвитку.

Запропоновані теоретико-методичні принципи корекції негативних переживань, пов'язаних із психоемоційними порушеннями уособлено у вправах, що увійшли до програми психолого-педагогічного супроводу профілактики та корекції зазначених відхилень у молодших школярів.

Для експерименту нами було створено експериментальну групу, що поєднувала учнів 1- 4 класів по 10 осіб з кожного класу й контрольну групу, що також складалася з учнів 1- 4 класів по 10 осіб з кожного класу.

Для визначення особливостей впливу корекційних заходів на стан емоційної сфери дитини, наявності агресії, її спрямованості і інтенсивності ми застосували графічну методику *М. Панфілової «Кактус»*. Окрім цього, нами було застосовано *Методику «Казки*

доктора Луїзи Дюсс». Упродовж виконання проєктивної методики досліджуваним з експериментальної та контрольної групи необхідно було прослухати казку й продовжити її на свій розсуд. За результатами дослідження було здійснено якісний аналіз на об'єктивність узагальнень та визначення категорій. Кількісна обробка проводилася за допомогою контент-аналізу. Також нами було застосовано «Методику рівня шкільної тривожності Б. Філіпса». Її використання в дослідженні дозволило виявити ефективність корекції загальної тривожності, що спричинюється різними аспектами шкільного життя.

Окрім цього нами було здійснено факторний аналіз одержаних емпіричних даних за усіма вибірками учнів початкових класів, котрі увійшли до експериментальних груп, що були задіяні у програму супроводу психологічної профілактики та корекції негативних наслідків. Під час факторного аналізу було застосовано метод «головних компонент».

Таблиця 1.
Факторизація емпіричних даних. Матриця перетворення компонент

Компоне нта	1	2	3	4	5	6	7
1	,975	-,022	,085	-,100	,041	,159	,063
2	,073	,871	-,242	,202	,328	-,168	,031
3	-,095	,369	,804	-,246	-,246	-,003	,296
4	,088	,072	-,034	,734	-,656	,083	,097
5	-,040	-,195	,463	,577	,614	,187	-,035
6	-,111	,241	-,023	-,122	-,082	,847	-,436
7	,112	,052	,269	,038	-,130	-,433	,841

Примітка: Метод виокремлення: Аналіз методом головних компонент.

Метод обертання: Варімакс з нормалізацією Кайзера.

За результатами дослідження нами виявлено, що шкали: 1. «Особистісна тривожність», 2. «Загальна тривожність у школі», 3. «Переживання соціального стресу», 4. «Фрустрація потреби в досягненні успіху», 5. «Страх самовираження», 6. «Страх ситуації перевірки знань», 7. «Страх не відповідати очікуванням оточуючих» є провідними, що засвідчують наявність психокорекційного впливу на переживання учнів початкової школи, оптимальне зниження їх негативних наслідків. Тобто, здійснюючи контрольований психокорекційний вплив власне на відзначені фактори, ми уможливуємо покращення ставлення молодших школярів до умов шкільного життя завдяки підвищенню їх можливостей самоопанування проявами особистісної тривожності тощо.

Найбільш щільний кореляційний зв'язок виявлено між факторами:

1. Фактор «Особистісна тривожність» й «Фрустрація потреби в досягненні успіху» (,088). Тобто чим вище особистісна тривожність, тим вище фрустрованість школярів щодо успішності.

2. Фактор «Загальна тривожність у школі» й «Переживання соціального стресу» (,369) втім кореляція не є доволі значущою.

3. Фактор «Переживання соціального стресу» виявляє кореляцію із фактором «Страх самовираження» (,463).

4. Фактор «Фрустрація потреби в досягненні успіху» виявляє кореляційний зв'язок із фактором «Страх самовираження» (,577), котра є більш значущою, ніж із фактором з «Переживання соціального стресу».

5. Фактор «Страх самовираження» виявляє кореляційний зв'язок із фактором «Загальна тривожність у школі» (,328) хоча не дуже значущий.

6. Фактор «Страх ситуації перевірки знань» виявляє кореляційний зв'язок із фактором «Страх самовираження» (,187), котрий не є значущим, проте найвираженіший з усіх представлених.

7. Фактор «Страх не відповідати очікуванням оточуючих» виявляє кореляційний зв'язок із фактором «Переживання соціального стресу» (,296).

Окрім цього, негативний кореляційний зв'язок виявлено між факторами:

1. Фактор «Особистісна тривожність» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Страх ситуації перевірки знань» (-,111), а також фактором «Переживання соціального стресу» (-,095) та «Страх самовираження» (-,040).

2. Фактор «Загальна тривожність у школі» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Страх самовираження» (-,195) й «Особистісна тривожність» (-,022).

3. Фактор «Переживання соціального стресу» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Загальна тривожність у школі» (-,242), «Фрустрація потреби в досягненні успіху» (-,034), а також із фактором «Страх самовираження» (-,023).

4. Фактор «Фрустрація потреби в досягненні успіху» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Переживання соціального стресу» (-,246), фактором «Страх ситуації перевірки знань» (-,122), «Особистісна тривожність» (-,100).

5. Фактор «Страх самовираження» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Фрустрація потреби в досягненні успіху» (-,656), «Переживання соціального стресу» (-,246), а також «Страх не відповідати очікуванням оточуючих» (-,130) й «Страх ситуації перевірки знань» (-,082).

6. Фактор «Страх ситуації перевірки знань» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Страх не відповідати очікуванням оточуючих» (-,433), «Загальна тривожність у школі» (-

,168), а також зовсім незначний зв'язок з фактором «Переживання соціального стресу» (-,003).

7. Фактор «Страх не відповідати очікуванням оточуючих» виявляє негативний кореляційний зв'язок із факторами: «Страх ситуації перевірки знань» (-,436) й фактором «Страх самовираження» (-,035).

Зазначимо, що психологічні корекція, спрямована на особистісні властивості молодших школярів, а саме, особистісну тривожність, а також на батьківське ставлення до успіхів власних дітей цього віку й соціальну ситуацію школи – спільна діяльність з однокласниками, на соціальну позицію в ієрархії класу, й, насамкінець, взаємовідносини з учителями є чинниками, що сприяють позбавленню негативних наслідків переживань й шкільного стресу. Хоча, варто відзначити, що, саме психологічна служба й психологічна компетентність й психологічна культура суб'єктів педагогічного процесу створюють сприятливу розвивальну психологічно комфортну соціальну ситуацію в цілому.

Таким чином, порівняльний аналіз задіяних формувальних заходів під час комплексної корекції негативних переживань у молодших школярів свідчить про те, що акцент варто здійснювати на такі фактори: особистісна тривожність, загальна тривожність у школі, переживання соціального стресу, фрустрація потреби в досягненні успіху, страх самовираження, страх ситуації перевірки знань, страх не відповідати очікуванням оточуючих. Нейтралізація, психологічна корекція зазначених чинників сприятиме профілактиці та корекції наслідків негативних переживань молодших школярів.

Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок з цього напрямку. Результати проведеного дослідження зумовили актуальність розробки й реалізації програми психолого-педагогічного супроводу формування толерантності до негативних переживань в молодшому шкільному віці. Емпіричні результати отримані внаслідок апробації програми підтвердили ефективність розробленої та проведеної авторської програми формування толерантності до негативних переживань в молодшому шкільному віці як важливого елементу психолого-педагогічного супроводу формування такої властивості в умовах навчально-виховного процесу. Комплексна профілактика та корекція негативних переживань сприяли ефективному розвитку та формуванню толерантності до зазначених переживань у хлопчиків та дівчаток, що має прояв у значному корегуванні рівню особистісної та ситуативної тривожності, зниженню загальної тривожності у школі, переживання соціального стресу, фрустрації потреби в досягненні успіху, страху самовираження, страху ситуації перевірки знань, страху не відповідати очікуванням оточуючих, егоцентричності й агресивності, підвищується значення вагомих мотивів й цінностей, а саме: потреба

власне у самовираженні, спільній взаємодії з однокласниками, вчителями, шкільним психологом, підвищення ціннісного ставлення до сімейних цінностей, сприяли підвищенню психологічної компетентності суб'єктів педагогічного процесу їх взаєморозумінню й сприятливому ставленню один до одного.

Список використаної літератури:

1. Боришевський М. Й. Особистість у вимірах самосвідомості: [монографія] / М. Й. Боришевський. // Суми: Вид. будинок "Еллада". – 2012. – С. 608.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Игры в сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т. М. Грабенко, // СПб: Речь, –2006. – 208 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, // СПб.: Речь, – 2007. –310 с.
4. Кравцова Е.Е. Игры детей и игры взрослых // Труды ин-та психологии им. Л.С.Выготского РГТУ. М, 2001. Вып. 1. – С. 300-312.
5. Литвиненко Н. В. Социальная ситуация развития первоклассников и факторы адаптации к образовательной среде школы / Социально-психологические проблемы и исследования детства: ребенок в семье, институтах образования и группах сверстников: мат-лы III Международной науч.-практ. конф. Прага: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2014. –С. 109-113.
6. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии /И.И. Мамайчук // СПб.: Речь. –2001. –220 с.
7. Марусинець М.М. Професійна рефлексія майбутнього вчителя початкових класів: теорія і практика формування / М.М. Марусинець. Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника. Івано-Франківськ; Умань: ПП Жовтий О.О. – 2012. – 419 с.
8. Скаткин М.Н. Совершенствование процесса обучения : Проблемы и суждения / М. Н. Скаткин. // М. : Педагогика –1971. – 205 с.
9. Соболева А.Е., Емельянова Е.Н. Решаем школьные проблемы: советы нейропсихолога / А. Е. Соболева, Е. Н. Емельянова. // М.: Питер – 2009. – 144 с.
10. Семенович А.Е. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие / А. Е. Семенович. // М.: Генезис – 2018. 474 с.
11. Wells M.E. Preschool play activities and reading achievements // Journal of learning disabilities. 1970. Vol. 3, № 4, P. 214-219.

References:

1. Borishevskii M.I. Osobistist u vimirakh samosvidomosti: [monografiia] [Games for children and games for adults Personality in the dimensions of self-awareness]. Sumi: Vid. budinok "Ellada", 2012. 608 s. [in Ukrainian].
2. Zinkevich-Evstigneeva T.D., Grabenko T.M. Igrы v skazkotерapiи. [Fairytale games]. SPb: Rech, 2006. 208 s. [in Russian].
3. Zinkevich-Evstigneeva T.D. Osnovy skazkotерapiи. [The basics of fairy tales] SPb.: Rech, 2007. 310 s. [in Russian].
4. Kravtsova E.E. Igrы detei i igry vzroslykh [Games for children and games for adults] // Trudy in-ta psikhologii im. L.S.Vygotskogo RGTU. M, 2001. Vyp. 1. S. 300-312. [in Russian].
5. Litvinenko N. V. Sotsialnaia situatsiia razvitiia pervoklassnikov i faktory adaptatsii k obrazovatelnoi srede shkoly [The social situation of the development of first graders and factors of adaptation to the educational environment of the

- school]// / Sotsialno-psikhologicheskie problemy i issledovaniia detstva: rebenok v seme, institutakh obrazovaniia i gruppakh sverstnikov: mat-ly III Mezhdunarodnoi nauch.-prakt. konf. Praga: Vědecko vydavatelské centrum «Sociosféra-CZ», 2014. S. 109-113. [in Russian].
6. Mamaichuk I.I. Psikhologicheskaia pomoshch detiam s problemami v razviti. [Psychological assistance to children with developmental problems]. SPb.: Rech, 2001. 220 s.
 7. Marusynets M.M. Profesiina refleksiiia maibutnoho vchytelia pochatkovykh klasiv: teoriia i praktyka formuvannia. [The professional reflection of the Maybutny reader of the cob classes: theory and practice form]. Prykarpat. nats. un-t im. V. Stefanyka. Ivano-Frankivsk; Uman: PP Zhovtyi O.O., 2012. 419 c. [in Ukrainian].
 8. Skatkin M.N. Sovershenstvovanie protsessa obucheniiia [Improving the learning process]. : Problemy i suzheniia M. : Pedagogika, 1971. - 205 s. [in Russian].
 9. Soboleva A.E., Emelianova E.N. Reshaem shkolnye problemy: sovery neiropsikhologa. [We solve school problems: advice of a neuropsychologist] /M.: Piter, 2009. 144 s. [in Russian].
 10. Semenovich A.E. Neiropsikhologicheskaia korrektsiia v detskom vozraste. [Neuropsychological correction in childhood]. Metod zameshchaiushchego ontogeneza: Uchebnoe posobie. M.: Genezis, 2018. 474 s. [in Russian].
 11. Wells M.E. Preschool play activities and reading achievements // Journal of learning disabilities. 1970. Vol. 3, № 4, P. 214-219. [in English].

Гуд Г.О.

Психолого-педагогические средства профилактики и коррекции негативных переживаний младших школьников

В статье отражены результаты эмпирического исследования, полученные в результате апробации авторской программы формирования толерантности к негативным переживаниям в младшем школьном возрасте. Выделены факторы, способствующие формированию толерантности негативных переживаний в младшем школьном возрасте, а именно: стрессоустойчивость, эмоциональная стабильность, эмоциональная уравновешенность, а также дружелюбие, склонность к совместному взаимодействию.

Охарактеризованы ведущие компоненты профилактики и коррекции негативных переживаний в младшем школьном возрасте: аффективный (психопрофилактика и психокоррекция доминирующих состояний, эмоций, чувств, настроений благодаря специальным дыхательным и двигательным упражнениям, способствующим улучшению нейродинамической составляющей психической деятельности); когнитивный (развитие познавательных способностей); мотивационно-смысловой (формирование нейтрального отношения к фрустрации, уверенности в себе и успешности); поведенческий (формирование умений взаимодействия в условиях совместной деятельности, успешной коммуникации); временно-пространственный (ориентации во времени и пространстве благодаря специальным тренинговым упражнениям, играм).

Проведен факторный анализ полученных эмпирических данных по всем выборкам учеников начальных классов, которые вошли в экспериментальные группы, были задействованы в программу психологической профилактики и коррекции последствий негативных переживаний.

Ключевые слова: комплексная коррекция, младший школьный возраст, негативные переживания, толерантность к негативным переживаниям, профилактика и коррекция негативных переживаний.

Gud .G.O.

Psychological and pedagogical means of prevention and correction of negative experiences of younger students

The article highlights the results of an empirical study obtained as a result of testing the author's program of forming tolerance for negative experiences in younger school age. The factors that contribute to the formation of tolerance of negative experiences in early school age are distinguished, namely: stress resistance, emotional stability, emotional equilibrium, as well as friendliness, propensity for mutual interaction.

The leading components of prevention and correction of negative experiences in young school age are characterized: affective (psychoprophylaxis and psychocorrection of dominant states, emotions, feelings, moods due to special breathing and motor exercises that contribute to improvement of neurodynamic activity); cognitive (development of cognitive abilities); motivational and semantic (formation of neutral attitude to frustration, self-confidence and success); behavioral (formation of interaction skills in the conditions of joint activity, successful communication); space-time (time and space orientations through special training exercises, games).

Factor analysis of the empirical data obtained for all samples of primary school students who were included in the experimental groups and involved in the program of psychological prevention and correction of the consequences of negative experiences.

Key words: complex correction, younger school age, negative experiences, tolerance for negative experiences, prevention and correction of negative experiences