

ПСИХОЛОГІЧНА РОЛЬ ГРИ У КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ ПЕРШОКЛАСНИКІВ

Шведюк Анастасія

*здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Освітньо-професійна програма «Психологія»
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука» (м Рівне, Україна)*

Науковий керівник Яцюрик А. О.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука» (м Рівне, Україна)*

Анотація. У статті досліджено психологічну роль гри у корекції емоційних порушень першокласників. У теоретичній частині розглянуто поняття гри як психологічного феномена, її вплив на емоційний розвиток молодших школярів та особливості емоційних порушень у першокласників. У емпіричній частині проаналізовано результати дослідження, що проводилося із залученням батьків і дітей, а також описано ефективність використання ігрових методик у корекції емоційних порушень. Робота пропонує практичні рекомендації щодо застосування гри для зниження рівня тривожності, розвитку емоційної стійкості та адаптації дітей до шкільного середовища.

Ключові слова: гра, психологія, емоційний розвиток, емоційні порушення, першокласники, ігрові методики, адаптація, емоційна стійкість.

Abstract. This paper explores the psychological role of play in correcting emotional disorders in first-grade students. The theoretical part examines the concept of play as a psychological phenomenon, its impact on the emotional development of younger schoolchildren, and the specific features of emotional disorders in first graders. The empirical part analyzes the research findings obtained from the participation of parents and children and highlights the effectiveness of play-based techniques in addressing emotional disorders. The study provides practical recommendations for using play to reduce anxiety levels, enhance emotional resilience, and support children's adaptation to the school environment.

Keywords: *play, psychology, emotional development, emotional disorders, first graders, play-based techniques, adaptation, emotional resilience.*

Особливої уваги заслуговує пошук методів корекції емоційних порушень, які б відповідали віковим особливостям першокласників. Гра, будучи природною формою діяльності для дітей цього віку, має значний потенціал як інструмент психологічної корекції. Вона створює безпечне середовище для відреагування негативних емоцій, розвитку емоційної компетентності та формування адаптивних поведінкових стратегій. Емоційні порушення, які не було скориговано вчасно, можуть призвести до серйозних проблем у подальшому розвитку дитини - від труднощів у навчанні до порушень соціальної адаптації.

Дослідження психологічної ролі гри у корекції емоційних порушень першокласників має важливе теоретичне та практичне значення для сучасної психологічної науки та практики.

Об'єктом дослідження є емоційні порушення у першокласників та їх корекція через гру.

Предметом дослідження виступає психологічна роль гри в корекції емоційних порушень у дітей молодшого шкільного віку (першокласників).

Мета дослідження полягає у вивченні ефективності використання ігрових методів у корекції емоційних порушень першокласників та дослідити вплив гри на розвиток емоційної стабільності та соціальної адаптації дітей.

У науковому дослідженні сформульовано такі завдання:

1. Проаналізувати різні підходи до визначення поняття "гра" в психології (діяльність, спілкування, розвиток тощо);
2. Дослідити вікові особливості гри молодших школярів та їхній вплив на емоційний розвиток;
3. Обґрунтувати актуальність дослідження впливу гри на корекцію емоційних порушень у молодших школярів;

Методики дослідження. Діагностичний інструментарій (анкета Н. Лусканової), методика «Школа звірів» (авт. Н. Вьюнова, К. Гайдар), опитувальник батьків щодо емоційного стану дітей-першокласників.

Аналіз ефективності ігрових методик у психологічній корекції емоційних порушень у дітей є важливою частиною досліджень у галузі дитячої психології. Ігрові методики мають великий потенціал у роботі з дітьми, оскільки гра є природною формою їхнього самовираження та взаємодії з навколишнім світом. Вони дозволяють дітям не тільки проявляти свої емоції, але й відчувати себе у безпечному середовищі, де можна переживати стреси та тривоги без реальних загроз.

Ігрові методики сприяють розвитку соціальних навичок у дітей. Взаємодія під час спільних ігор дає дітям унікальну можливість навчитися

працювати в команді, виражати свої думки і почуття, а також слухати інших учасників. У процесі гри діти змушені домовлятися, обговорювати правила та шукати компроміси, що є важливими аспектами соціальної взаємодії.

Наприклад, у групових іграх, де потрібно досягти спільної мети, діти навчаються враховувати думки інших, організовувати свою діяльність і бути відповідальними за свої вчинки.

Це особливо важливо для дітей, які мають труднощі в соціальних взаємодіях, таких як замкнутість або тривожність. Такі діти можуть відчувати труднощі у спілкуванні з однолітками, уникати нових контактів або переживати стрес в ситуаціях, що вимагають взаємодії з іншими. Ігрові методики дозволяють створити безпечне середовище, де дитина може поступово розвивати соціальні навички без страху бути осудженою чи відкинутою. Ігри, орієнтовані на взаємодію з однолітками, дають змогу дітям поступово виходити зі своєї зони комфорту, розширюючи коло спілкування та набуваючи досвіду в спільній діяльності.

Це також сприяє розвитку емоційного інтелекту, оскільки під час ігор діти мають можливість не тільки виражати свої емоції, але й спостерігати за емоціями інших. Вони навчаються розуміти, що інші люди можуть відчувати різні емоції в залежності від ситуації, і як ці емоції можуть впливати на поведінку. Така здатність до емпатії, тобто вміння ставитися на місце іншої людини і розуміти її переживання, є основою для розвитку емоційної зрілості та позитивних міжособистісних стосунків.

Крім того, спільні ігри в групі сприяють розвитку навичок вирішення конфліктів. У ході гри можуть виникати ситуації, коли інтереси або погляди дітей не збігаються. Це дає їм шанс навчитися мирно вирішувати конфлікти, знаходити компроміси або висловлювати свої претензії та побажання без агресії. Такі навички є важливими для побудови здорових відносин в майбутньому, оскільки вміння управляти конфліктами та знаходити спільну мову з іншими людьми є невід'ємною частиною соціальної зрілості.

Ігрові методики також допомагають дітям розвивати лідерські якості. В іграх, де є певні ролі чи завдання, діти можуть взяти на себе відповідальність за організацію процесу, допомогти іншим учасникам або стати ініціаторами дій. Це дозволяє не тільки зміцнити впевненість у своїх силах, але й допомагає зрозуміти важливість спільної роботи і взаємодопомоги.

Важливим аспектом є те, що ігрові методики дають змогу дітям з різними темпераментами і рівнем соціальної активності знайти свій підхід до соціалізації. Наприклад, для більш сором'язливих дітей може бути корисно почати з малих групових ігор або рольових ігор, де вони можуть спілкуватися в комфортних умовах, поступово розвиваючи свої соціальні навички. Для дітей, які відчувають більшу соціальну впевненість, можна

використовувати більш активні ігри, де взаємодія з іншими є необхідною для досягнення мети.

Ігрові методики ефективні у зниженні рівня стресу та тривожності. Ігри з елементами ролевих ситуацій або творчих завдань дають дітям можливість опрацювати свої страхи, тривоги та емоційні переживання в контрольованій обстановці. Наприклад, використання ігор, що імітують реальні життєві ситуації, допомагає дітям краще адаптуватися до стресових умов, таких як зміна навчального середовища чи нові соціальні ролі. Вони можуть "проживати" стресові ситуації у грі, що зменшує їхній негативний вплив на емоційний стан.

Ігри також сприяють розвитку когнітивних навичок, що є важливим аспектом корекції емоційних порушень. Участь у сюжетних іграх або іграх на логічне мислення стимулює інтелектуальний розвиток дитини, допомагаючи їй знаходити нестандартні рішення для вирішення проблем. Це також може підвищити впевненість у власних силах і здатності справлятися з життєвими труднощами.

Особливо ефективними є ігрові методики для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку, оскільки на цьому етапі розвитку гра є основним засобом пізнання світу і самовираження. Ігрові техніки можуть включати як індивідуальні, так і групові завдання, де діти взаємодіють не тільки з педагогом, але й з однолітками. У таких умовах діти мають змогу виражати свої емоції без страху осуду чи неприязні з боку інших, що є важливим елементом корекції емоційної напруги.

Використання ігрових методик також дозволяє психологу оцінити емоційний стан дитини через спостереження за її поведінкою під час гри. Психолог може аналізувати, як дитина реагує на різні ситуації, як вона взаємодіє з іншими учасниками гри, як виражає свої почуття. Це дає можливість точно визначити проблемні моменти і коригувати підхід до кожної конкретної дитини.

І, нарешті, ігрові методики є не тільки ефективними, а й привабливими для дітей, оскільки вони зберігають елемент розваги та задоволення. Діти часто краще сприймають заняття, коли вони проходять у формі гри, що значно підвищує мотивацію до участі в терапевтичному процесі. Це дає можливість знизити рівень опору, який деякі діти можуть виявляти до традиційних форм психокорекційної роботи, таких як бесіди або аналіз емоційних проблем через слова.

Таким чином, аналіз ефективності ігрових методик показує їх високу результативність у корекції емоційних порушень у дітей. Вони сприяють розвитку соціальних навичок, зниженню рівня стресу та тривожності, розвитку когнітивних здібностей і, що найважливіше, допомагають дітям вчитися адаптуватися до різних соціальних та емоційних ситуацій. Ігрові методики не тільки забезпечують корекцію проблем, але й стимулюють

загальний розвиток дитини, що робить їх незамінним інструментом в психологічній практиці.

Високий рівень корекції емоційних порушень був досягнутий завдяки застосуванню спеціально розроблених ігор, що включають елементи соціальної взаємодії.

ЛІТЕРАТУРА

1.Бурова А. Дидактичні ігри: організація та керівництво. *Дошкільне виховання*. 2002. № 7. С. 12-14. 2. Волік Н. Практичні аспекти діагностики емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. *Наукові записки Бердянського державного педагогічного університету*. Педагогічні науки. 2020. Вип. 2. С. 138–148. 3. Порошенко М. А. Інклюзивна освіта : навч. посіб. Київ : ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 300 с. 4. Шпак М. М. Становлення емоційного інтелекту в дошкільному віці як передумова його розвитку в молодшого школяра. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. Психологія. 2016. Вип. 4. С. 196–205.