

УДК 159.942.5–053.4

Досаева Р.Н.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ РАЗЛИЧНОЙ ЭТИОЛОГИИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Ключевые слова: эмоциональная сфера, эмоциональные состояния, этиология, психологическая коррекция, агрессия, тревожность, страх.

Изучение психологами эмоциональной сферы показало, что отрицательные эмоциональные состояния у детей возникают именно под воздействием неблагоприятных факторов социальной среды, таких как семейная дезадаптация (эмоционально неблагополучная обстановка в семье, ситуация развода родителей), социальная дезадаптация (миграция), психосоматические расстройства (перенесенные болезни, госпитализация, частые заболевания ОРВИ, аллергия). Эмоциональные нарушения, возникающие в детском возрасте и не подвергшиеся своевременной психологической коррекции, впоследствии могут привести к невротическим расстройствам (Л.А. Абрамян, А.И. Захаров, А.Д. Кошелева, Р.В. Овчарова, Т.О. Смолева, Т.А. Хвиюзова и др.).

В диагностическом исследовании эмоциональной сферы приняли участие 160 детей в возрасте 4–6 лет. Основной дифференцирующий критерий выборки – уровень выраженности отрицательных эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста.

В качестве психодиагностического инструментария эмпирического исследования использовались следующие вербальные методики: тест «Руки» Вагнера (Hand Test), детский тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен, методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова, цветовой тест М. Люшера.

Полученные результаты позволяют утверждать, что наибольшее количество агрессивных поведенческих актов принадлежит детям из первой экспериментальной группы (1ЭГ). Агрессия как сложное нарушение в эмоциональной сфере ребенка позволяет нам с уверенностью говорить об эмоциональной патологии в поведении детей. Испытуемые переживают очень сильное эмоциональное напряжение, что является производной агрессии у дан-

ной группы детей, и, как следствие, – частое переживание тревоги в связи с ожиданием ситуации наказания за свое поведение. Ярко прослеживается возникающее по отношению к сверстникам недоверие, равнодушие, черствость, невнимание.

Анализ результатов диагностического исследования состояния тревожности показал отсутствие значимых различий между детьми первой и второй экспериментальных групп. В то же время в третьей группе уровень тревожности на 6,4% меньше. Но качественный анализ причин тревожности выявил различный характер ее происхождения, что обусловлено этиологией нарушения. Для первой экспериментальной группы характерен высокий уровень тревожности, обусловленный в большей степени ситуацией тестирования; для второй экспериментальной группы – высокий и средний уровни тревожности, связанные с попыткой выдать социально ожидаемый результат. Однако при этом дошкольники из третьей экспериментальной группы при диагностике эмоциональных состояний значительно чаще прибегали к парадоксальным ответам.

Большинство детей испытывает так называемые типичные возрастные страхи, выделенные И.А. Захаровым как ведущие страхи старшего дошкольного возраста. Так, страх смерти, как основной для данного возраста, конкретизируется у детей в страхе нападения, темноты, которые, в свою очередь, могут выражаться также в боязни животных, сказочных персонажей, заболевания, огня, пожара, войны и т.д. В первой экспериментальной группе выявлены случаи не соответствующих возрасту ребенка страхов, которые обнаружены у более чувствительных детей, испытывающих затруднения в эмоциональных отношениях с родителями. Их представ-

ление о себе искажено эмоциональным неприятием в семье или конфликтами; они не могут полагаться на взрослых как на источник безопасности, авторитета и любви. Поэтому страх смерти у детей из 1ЭГ всегда свидетельствует о наличии серьезных эмоциональных проблем, которые не могут быть разрешены самими детьми. Во второй экспериментальной группе (2ЭГ) дети часто называли страхи нападения, войны, смерти родителей, что можно отнести к неблагоприятному эмоциональному опыту детей-мигрантов. В третьей экспериментальной группе (3ЭГ) дети основными страхами называли глубину, смерть, огонь, страшные сны, определенных животных; в эмоциональных проявлениях поведения они склонны к тормозным реакциям – застенчивости, нерешительности, робости, что связано с частыми заболеваниями, состоянием здоровья и гиперопекой со стороны родителей, произвольно «заражающих» ребенка страхом, указывая на наличие опасности. В действительности же все эти нарушения поведения – признаки неблагополучного состояния эмоциональной сферы, сигналы тревоги.

Нами была разработана и апробирована комплексная программа «Фольклор для малышей», целью которой является коррекция эмоциональных состояний (агрессия, тревожность, страх); развитие эмоциональной сферы детей через эмоциональное постижение музыкального фольклора.

В качестве основных задач, решаемых в ходе данной программы средствами специально организованного музыкального воздействия, можно выделить следующие:

- развитие чувства ритма детей: равномерная метрическая пульсация, восприятие метрического рисунка, согласование движений с темпом и ритмом музыки;

- развитие двигательных навыков детей: статическая и динамическая координация, двигательная память, быстрота и точность реакций на звуковые сигналы, одновременность движений;
- развитие музыкального восприятия детей: восприятие характера мелодии через ладовые, тембровые, ритмические особенности, эмоциональная отзывчивость, умение передавать музыкальный образ фольклорных произведений;
- развитие выразительности движений и мимики: способность через невербальные средства (мимику, телесную пластику) передавать характер музыки, способность к созданию выразительного образа, потребность в двигательном самовыражении.

Разработанная коррекционная программа отличается рядом существенных особенностей: во-первых, в ней учитывается этиология возникновения негативных эмоциональных состояний у детей и необходимость коррекции в зависимости от причин нарушений эмоциональной сферы; во-вторых, применяется психологическая система воздействия музыкального фольклора при коррекции эмоционального состояния детей дошкольного возраста; в-третьих, используются элементы психодрамы, вербализации эмоций и чувств в различных ситуациях в связи с теми или иными этническими образами, персонажами, музыкальными фрагментами; в-четвертых, коррекционная программа отличается структурной простотой знаний и умений, повторяемостью музыкального репертуара, что облегчает ее внедрение на уровне любого образовательного учреждения.

При составлении музыкального содержания коррекционных занятий нами была использована предлагаемая В.И. Петрушиным модель кодирования

эмоций, базирующаяся на основе темпа и лада (мажор и минор). Учитывая природу музыкального фольклора, которая предоставляет возможность эмоционального воздействия ладов народной музыки (фригийский, эолийский, лидийский, пентатоника) на получение определенных эмоциональных состояний, мы опирались на следующую систему моделирования эмоций:

- медленный темп + минорная окраска (лидийский лад) = настроения задумчивые, печальные, унылые, скорбные, трагичные;
- медленный темп + мажорная окраска (эолийский лад) = характер произведений созерцательный, спокойный, уравновешенный;
- быстрый темп + минорная окраска (пентатоника) = характер напряженно-драматический, взволнованный, страстный, протестующий, мятежный, наступательно-волевой;
- быстрый темп + мажорная окраска (фригийский лад) = музыка радостная, жизнеутверждающая, веселая, ликующая.

Следует отметить, что такие моменты музыкальной выразительности, как тембр, ритм, динамика, ритмоинтонационные и гармонические средства, представляются очень важными для моделирования в музыке той или иной эмоции.

Музыкальная основа программы: народная музыка, современные обработки народных мелодий, этническая музыка, музыка new age.

Положительная реконструкция психоэмоционального состояния детей на этих занятиях осуществлялась средствами хорового пения, музыкально-ритмических движений, игры на элементарных музыкальных инструментах, музыкально-обрядовых игр. В содержание занятий включались фольклорные произведения жизнеутверждающего

характера, а также формулы песенного самовнушения, нацеленные на формирование у ребенка таких принципов эмоционального отношения к окружающей жизни, которые бы способствовали гармонизации его внутреннего мира, стойкости при неудачах, формировали защиту от негативных мыслей, развивали умение радоваться жизни.

По итогам реализации коррекционно-развивающей программы нами был проведен контрольный эксперимент. Его цель – проследить возможности специально организованного музыкального воздействия на коррекцию отрицательных эмоциональных состояний детей. Сравнительный анализ данных позволил отметить позитивные изменения в развитии эмоциональной сферы детей.

Оценка эффективности программы коррекции эмоциональных состояний различной этиологии у детей старшего дошкольного возраста средствами музыкального фольклора происходила по плану дискретных временных серий.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что в первой экспериментальной группе значительные изменения произошли в характере проявления агрессии. В результате процедуры сравнений с использованием t -критерия Спирмена ($p \leq 0,05$) выявлены значимые различия между «агрессией» и «коммуникацией», «агрессией» и «описанием», что отмечается снижением эмоционального напряжения в процессе общения между детьми.

После реализации коррекционной программы дети стали более склонны доверять другим людям. Тенденции к различиям ($p \approx 0,051-0,06$) выявлены между «активной безличностью» и «описанием», «увечностью» и «описанием», «активной безличностью» и «пассивной безличностью», что свидетельствует о том, что детям по-

прежнему свойственна склонность не брать на себя ответственность за свои поступки. В случае намеренной агрессии (нападение, порча игрушек и вещей и т.п.) отсутствует чувство вины либо вина проявлена слабо. В отношениях со сверстниками проявляют низкий уровень эмпатии.

Стало значительно меньше детей (на 15%) с высоким уровнем тревожности, который понизился до среднего уровня. В группе с изначальным средним уровнем тревожности у 11,4% детей он снизился до низкого. Таким образом, численный состав группы со средним уровнем тревожности увеличился на 4,6%, но изменились персоналии. Соответственно, на 11,4% произошло увеличение численного состава группы с низким уровнем тревожности.

Данные корреляционной матрицы показателей страхов показывают ситуацию с низким количеством связей, что свидетельствует о высокой эффективности программы для первой экспериментальной группы.

В результате анализа корреляции параметров агрессии нами отмечено, что дети из ЭГ заранее настроены на положительное восприятие себя со стороны окружающих, так как до этого они воспринимали большой круг ситуаций как угрозу, враждебную по отношению к ним, имели ограниченный набор реакций на проблемные эмоциональные ситуации.

У детей из второй экспериментальной группы заметно снизился уровень тревожности, так как применение направленного этнического материала (ритмические особенности дагестанской лезгинки) помогает детям-мигрантам выделиться и самоутвердиться в общей группе. Данная тенденция отмечена снижением эмоционального напряжения, неопределенного беспокойства, боязливости ожидания.

Данные, полученные после проведения коррекционно-развивающих мероприятий, отражены и представлены в табл. 1–3.

В 1ЭГ наибольшие изменения в результате коррекционной работы произошли в эмоциональном состоянии агрессии (табл. 1). Для анализа результатов воздействия коррекционной программы мы использовали корреляционный анализ. Так как переменные измерены в количественной (ранговой) шкале на одной и той же выборке, мы проверяли гипотезу о различии коэффициентов корреляций с использованием γ -критерия Пирсона, заключение о различиях проводилось на уровне значимости $p \leq 0,05$.

В результате корреляционного анализа были выявлены тенденции к различиям ($p \approx 0,051–0,06$) между страхами «смерти» и «смерти родителей», «смерти» и «страшных снов», «смерти» и «нападения», «смерти» и «войны», «смерти родителей» и «огня», «смерти родителей» и «войны», «огня» и «нападения», «нападения» и «войны». Также

были выявлены тенденции к различиям ($p \approx 0,051–0,06$) между «смертью» и «сказочными персонажами», «смертью родителей» и «страшными снами». Тенденции к различиям не выявлены по страхам «огня» и «пожара», «нападения» и «войны». Значимых различий выявлено не было, возможно, это связано с длительностью и неразрешимостью переживаний или острых психических потрясений детей. В то же время произошли значительные изменения в поведении детей во время музыкальных занятий. Поведение детей данной категории стало характеризоваться эмоциональным подъемом, творческой активностью.

Во второй экспериментальной группе наибольшие изменения после коррекционной работы произошли в эмоциональном проявлении состояния тревожности (табл. 2). Гипотезу о различии коэффициентов корреляции во второй экспериментальной группе до и после проведения коррекционной программы мы проверяли с использованием критерия U Манна–Уитни,

Таблица 1

Результаты исследования уровня агрессии в 1ЭГ (до и после проведения коррекционной программы)

Переменная	Средние значения	Сумма рангов		Значение критерия		Уровень значимости
		до коррекции	после коррекции	U	Z	
Агрессия	18,97	324,15	268,09	6,8	0,603	0,0378
Коммуникация	13,67	426,01	492,12	0,6	0,179	0,0301
Увечность	16,69	381,27	321,89	3,7	0,507	0,0338
Описание	12,89	346,05	387,13	30,7	0,612	0,0498

Примечание: здесь и далее в таблицах жирным выделены значимые различия, курсивом – тенденция к различиям.

Таблица 2

Результаты исследования уровня тревожности в 2ЭГ (до и после проведения коррекционной работы)

Уровень тревожности	Средние значения	Сумма рангов		Значение критерия		Уровень значимости
		до коррекции	после коррекции	U	Z	
Высокий	25,17	473,57	256,43	44,7	0,201	0,0386
Средний	19,51	432,94	497,91	31,9	0,578	0,0539
Низкий	13,24	425,69	562,82	92,4	1,121	0,0864

заклучение о различиях проводилось на уровне значимости $p \leq 0,05$.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что в третьей экспериментальной группе изменения по характеру проявления агрессии имели различную степень. В результате процедуры сравнений выявлены значимые различия между «агрессией» и «описанием», что отмечается снижением эмоционального напряжения в процессе общения между детьми. Выявлены значимые различия между средним и низким уровнями тревожности, что отмечается ее снижением у детей из третьей экспериментальной группы. Результаты корреляционного анализа позволяют выделить следующие изменения в поведении детей ЗЭГ: дети стали гораздо увереннее и спокойнее чувствовать себя. Можно отметить доброжелательные отношения между сверстниками и создание положительного климата в группе.

Характерной особенностью страхов детей третьей экспериментальной группы является их нереалистичный характер. Корреляционный анализ взаимодействия параметров страха у детей из ЗЭГ позволяет утверждать следующее: у детей понизился уровень беспокойства, суетливости, драч-

ливости, улучшилось настроение и общий эмоциональный фон.

После проведения всех коррекционно-развивающих мероприятий формирующего этапа исследования у детей с негативными эмоциональными состояниями из экспериментальных групп (по сравнению с контрольной группой) наметились положительные изменения по показателям проявления эмоциональных нарушений. В ЗЭГ наибольшие изменения после коррекционной работы произошли в эмоциональном проявлении состояния страха (табл. 3).

Наибольшие положительные результаты были достигнуты при коррекции агрессии у детей из 1ЭГ. Отмечается, что у испытуемых данной группы, как и у детей из контрольной, проявление агрессии стало более контролируемым и менее выраженным. Это означает тенденцию к преодолению «разрывности» аффективной и когнитивной сторон отношений, что является важнейшим фактором развития личности.

Положительные изменения наметились по степени выраженности тревожности у детей из 2ЭГ. У испытуемых повысилось настроение, позитивные изменения произошли в сфере общения, но при эмоциогенных ситуациях испытуемые данной группы, как и дети

Таблица 3

Результаты исследования уровня страха в ЗЭГ (до и после проведения коррекционной программы)

Переменная	Средние значения	Сумма рангов		Значение критерия		Уровень значимости
		до коррекции	после коррекции	U	Z	
Смерть	17,08	569,29	515,08	33,1	0,727	0,0356
Смерть родителей	13,34	531,79	511,89	27,8	0,514	0,0869
Животные	16,79	669,27	599,71	31,9	0,721	0,0317
Сказочные персонажи	12,21	567,75	511,28	26,8	0,502	0,0459
Глубина	15,67	539,07	503,02	30,5	0,703	0,0708
Страшные сны	17,29	599,06	489,06	33,4	0,879	0,0247
Огонь	17,89	337,91	288,19	34,1	0,978	0,0518
Пожар	13,43	312,01	306,76	27,9	0,489	0,0876
Нападение	12,47	391,79	320,71	26,9	0,432	0,0368
Война	11,19	247,25	212,61	25,2	0,410	0,0649

из контрольной группы, интуитивно искали способы избавления от тревоги и напряжения, что является результатом снижения эмоционального торможения когнитивных процессов.

Умеренные позитивные изменения нами выявлены в проявлении страхов у испытуемых из ЗЭГ. Характер проявления страхов у детей был связан со страхами «глубины», «смерти», «животных». Подобные адекватные проявления наблюдаются и у детей из контрольной группы. В процессе игровой деятельности дети из ЗЭГ стали вести себя активнее и решительнее. В данной группе продолжает наблюдаться склонность к тормозным реакциям, нерешительность и гиперопека со стороны родителей, что связано с частыми заболеваниями.

По оценке воспитателей, в экспериментальных группах у детей усилились познавательные интересы, улучшилось качество общения; в контрольной группе эти показатели остались без изменений.

Анализ эффективности воздействия коррекционной программы свидетельствует, что учет этиологии нарушений является одним из основных условий для проведения психологической коррекции эмоциональных состояний у детей дошкольного возраста.

Обобщая результаты анализа качественно-количественных характеристик, необходимо подчеркнуть, что разработанная программа является достаточно эффективным условием коррекции не только эмоциональных состояний, но и других аспектов эмоционального развития детей дошкольного возраста (эмоционально-волевой сферы, эмоционального поведения). При коррекции эмоциональных состояний была установлена положительная динамика коррекции эмоциональной сферы личности ребенка. В результате применения разработанной психолого-

педагогической программы коррекции эмоциональных состояний различной этиологии у детей дошкольного возраста умеренные позитивные изменения отмечаются в умении интерпретировать чувства других людей и понимании эмоционального отношения к себе. Положительные результаты были достигнуты в приобретении навыков управления собственными эмоциями; улучшился общий эмоциональный фон; дети стали более активными в игровых ситуациях; повысилось настроение, что, бесспорно, является характеристикой благоприятных предпосылок к дальнейшему эмоциональному развитию. Полученные данные подтверждены достоверными статистическими различиями.

Таким образом, определены особенности психокоррекционного процесса с использованием музыкального фольклора, специфичные в работе с детьми при отрицательных эмоциональных состояниях (агрессия, тревожность, страх) различной этиологии (семейное неблагополучие, социальная дезадаптация, психосоматические нарушения); выявлены взаимосвязи между отрицательными эмоциональными состояниями различной этиологии; предложен и обоснован дифференцированный подход к построению психокоррекционной работы с учетом этиологии эмоциональных состояний и возрастных особенностей детей.

Литература

1. Бреслав Г.М. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. СПб., 2004.
2. Захаров А.И. Неврозы у детей и психотерапия. СПб., 2000.
3. Изотова В.Н., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка. М., 2004.
4. Сухарев А.В. Опыт этнофункциональной экспресс-психотерапии эмоциональных и поведенческих расстройств у детей в условиях стационара // Вопросы психологии. 1997. № 3. С. 92–102.
5. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция / В.В. Лебединский [и др.]. М., 1990.