

УДК 159.88'193 (456)

Михальчук Н. О., д.психол.н., професор (Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука, м. Рівне),
Івашкевич Е. З., к.психол.н., доцент (Рівненський державний гуманітарний університет)

РОЛЬОВІ МЕТОДИ КОРЕКЦІЇ ПІДЛІТКОВИХ СТРАХІВ ПСИХОЛОГОМ

***Анотація.** У статті досліджено причини виникнення страху у підлітків та їхніх батьків. Охарактеризовано ситуації, які найчастіше призводять до підліткового страху. Розроблено комплекс ігрових занять з метою корекції підліткових страхів. Обґрунтовано, що особливу роль у боротьбі з дитячими страхами відіграє процес творення ними казок. Виділено базові елементи у побудові казки та визначено їхню послідовність. Запропоновано приклади рольових ігор.*

***Ключові слова:** підлітковий страх, причини виникнення страху, корекція підліткових страхів, ігрові заняття, рольові методи.*

***Аннотация.** В статье исследованы причины возникновения страхов у подростков и их родителей. Дана характеристика ситуациям, которые наиболее часто приводят к возникновению подростковых страхов. Разработан комплекс игровых занятий с целью коррекции подростковых страхов. Обосновано, что особенную роль в борьбе с детскими страхами играет процесс создания ими сказок. Выделены базовые элементы в построении сказки и определена их последовательность. Предложены примеры ролевых игр.*

***Ключевые слова:** подростковый страх, причины возникновения страха, коррекция подростковых страхов, игровые занятия, ролевые методы.*

***Annotation.** In this article the reasons of teenagers' and their parents' fear origin were described and analyzed. The situations which determine teenagers' fear were characterized. The authors of the research proposed the complex of role-plays and games with the aim to correct teenagers' fear. It was shown, that the main role in the process of teenager's fear correction plays the creation of fairy-tales. The basic elements of building-up fairy-tales were determined, their sequence was described. The examples of role-games were proposed.*

***Keywords:** teenagers' fear, the reasons of fear origin, correction of teenagers' fear, role-plays and games, role methods.*

Основним чинником погіршення здоров'я підлітків є збереження авторитарної, суб'єктно відчуженої моделі освітнього процесу у школі. У ліцях та гімназіях виникає багато проблем із хребтом, зором та системою травлення дітей. Кожен п'ятий учень таких шкіл при обстеженні має підвищений артеріальний тиск, 20–40% підлітків – нервово-психічні хвороби, у більшості з них спостерігається так звана мінімальна мозкова дисфункція [1, с. 6].

Як правило, більшість хвороб підлітків пов'язана зі страхами школярів. Адже страх – це емоція, яка виникає в ситуаціях загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда і спрямована на джерело дійсної або уявної небезпеки. На відміну від болю та інших видів страждань, які викликаються реальними діями небезпечних для існування людини факторів, страх може виникати в результаті так званих «хворобливих уявлень» особистості. Залежно від характеру загрози, інтенсивність і специфіка переживання страху може мати достатньо широкий діапазон відтінків (опасання, боязнь, переляк та ін.).

Отже, перед дитиною з першого дня перебування її у школі постають типові ситуації, що викликають страхи: напружене очікування початку уроку і його завершення, невизначеність свого стану, невідомі стосунки, нові рівні спілкування, постійне напруження, вдома та ін. Під час уроку в учня з'являються нові страхи: страх задачі (як зіткнення з невідомим за відсутності навичок її розв'язання); страх загрози (як неможливості змінити очікувану негативну ситуацію), страх наслідків дій, що можуть не збігатися з тим, що саме очікує вчитель. За такої ситуації дитина може забути про свої минулі страхи. Але може статися так, що нові страхи накладатимуться на вже існуючі, і тоді життя для дитини в перші дні навчання стане справжнім жахом.

Дослідженням проблеми корекції підліткових страхів займалися О. Главник, С. Подмазін та Т. Титаренко. Зокрема, Т. Титаренко вказує на те, що нерідко виникає ситуація, коли страх «вибиває з колії» і може паралізувати діяльність особи. На відміну від страху, який часто є неусвідомленим і негативно впливає на діяльність учня, побоювання дитини мають певні конкретні причини. Підліток може точно вказати, чого саме він боїться, реально оцінити причини побоювання. Дослідження свідчать, що підвищення психічної тривожності учня нерідко пов'язане з нерозумінням змісту навчального матеріалу. Навіть незрозуміле для підлітка слово стає «пусковим механізмом» формування дискомфортного стану. Але й занадто довгі речення, перенасичені змістом, викликають ту саму реакцію – вичерпують енергетичні можливості школяра [1, с. 5].

Метою нашої статті є дослідження рольових методів боротьби психолога зі страхами підлітків. Завданнями нашої статті є:

1. Описати та проаналізувати причини виникнення страху у підлітків та їхніх батьків.

2. Охарактеризувати ситуації, які найчастіше призводять до підліткового страху.

3. Розробити комплекс ігрових занять з метою корекції підліткових страхів.

На думку психологів виникнення страхів у підлітків зумовлене несприятливими обставинами нового для них зовнішнього оточення. Так, як зазначає О. Главник, нерідко почуття невизначеності, викликають стресові ситуації, що нагромаджуються і переростають у хронічний дистрес. В психологічній літературі описано та проаналізовано інтенсивність і зміст страхів, тривоги, побоювань школярів, вчителів та батьків. Наведені дані засвідчують, що: понад 38 % батьків оцінюють свій стан як постійне роздратування – «на межі зриву»; близько 24 % – як безрадісний, похмурий; лише 17 % оцінили свій стан як добрий, активний, радісний; близько 20 % – як урівноважений та спокійний [2, с. 22].

У цілому, зазначає О. Главник, багато дітей живуть в атмосфері емоційних негарездів, емоційного напруження або досить часто опиняються в подібних ситуаціях. Вчена наводить статистику страхів у батьків: Страх, що з дитиною може щось трапитися (хвороба, травма, насилля, нещастя) – 94 %. Страх смерті дитини – 76 %. Страх хвороб, смертей, негарездів інших близьких людей – родичів, друзів – 72 %. Страх своєї безпорадності як матері або батька («Не зможу, не вийде дати дитині те, що зобов'язаний») – 68 %. Страх майбутнього, невпевненість у завтрашньому дні – 68 %. Страх відсутності грошей – 62 %. Страх будь-яких катастроф, катаклізмів, війни, «кінця світу» – 54 %. Страх залишити дитину сиротою – 45 %. Страх самотності – 32 % [3, с. 13].

Натомість статистика страхів у підлітків включає: Страх, що з батьками, іншими близькими щось трапиться – 92 %. Страх смерті батьків та інших близьких – 78 %. Страх завдати батькам неприємностей, прикро вразити їх – 78 %. Страх фізичного насилля – 64 %. Страх, що в сім'ї не буде грошей – 64 %. Страх «кінця світу» – космічних катастроф, НЛО – 59 %. Страх фізичної травми, нещасного випадку – 51 %. «Магічні страхи» (погані прикмети, нещасливі дні, поганий гороскоп, «людина з негативною енергією») – 51 %. Фантастичні страхи, страшні сни, страх темряви – 46 %. Медичні страхи (страх уколів, операцій) – 32 %. Страх особистої безпорадності – 26 %. Страх покарань та зауважень з боку дорослих – 22 % [3, с. 19].

Аналіз змісту страхів, стверджує С. Подмазін, свідчить про те, що і в батьків, і в дітей переважає почуття нестабільності навколишнього світу, загрози, яка у будь-яку мить може стати реальністю. Очевидно, що ці переживання передаються переважно від батьків. Вони, як правило, відрізняються гіперпіклуванням про здоров'я дітей, їх добробут, життя. У

подальшому тривожність посилюється відповідно до механізму «зачарованого психологічного кола», що не може не відобразитися на психічному здоров'ї молодого покоління [4, с. 26].

Подібні до описаних опитування були проведені серед молодших підлітків Р. Аугіс та Є. Даниловою [3, с. 70–79]. Ними було виявлено, що складними ситуаціями найчастіше називалися ті, які безпосередньо пов'язані зі школою та навчанням. Найбільш розповсюджені серед них: перевірка знань під час контрольних та інших письмових робіт; відповідь учня перед класом (у цій ситуації найважливішою є думка про нього вчителя й однокласників); отримання низького балу; невдоволення батьків успішністю дітей (складність цієї ситуації визначається тим, що вона є джерелом усіляких заборон та покарань).

Крім цих ситуацій, діти називали і такі: конфлікти з однолітками (сварки, бійки); конфлікти з дорослими (основна причина яких – неслухняність дитини, порушення нею встановлених правил, унаслідок чого мають місце виховні санкції з боку батьків або інших дорослих, які, на думку дітей, не завжди справедливі); ситуації фізичної травми або небезпека її отримання (падіння, удари, переломи). Коло ситуацій, які діти вважають для себе важливими, – досить широке [3, с. 71].

Враховуючи аналіз психологічної літератури, нами був розроблений комплекс ігрових занять, значна частина яких має за мету корекцію страху підлітків. Наведемо опис деяких з цих занять.

ЗАНЯТТЯ 1 (знайомство).

Розминка. Мета: зняти фізичне та психологічне напруження, підняти м'язовий тонус, зосередити увагу, збудити інтерес, налаштувати на активну спільну діяльність.

Вправа «Відкинь втому» (зняття напруження). Підлітки стають у коло. Ноги – на ширині плечей, трохи зігнуті в колінах, тіло зігнуте, руки вільно опущені, голова нахилена. Злегка розкачуються. Потім – різко струшують головою, руками, ногами/тілом, відкидаючи всю втому.

Гра «Чий голос?» (зосередження уваги, пробудження активності). Усі учасники стають у півколо, а один підліток повертається до них спиною. Діти по черзі називають ім'я цього підлітка, а він повинен відгадувати, хто до нього звертається. Якщо підліток правильно відгадає учасника, котрий назвав його ім'я, останній стає на його місце.

Психогімнастика. Мета: активізувати мислення, емоції, моторику за допомогою внутрішньої уваги підлітка до цих процесів.

Етюд «Круглі очі». Одного разу хлопчик зайшов у під'їзд і побачив, що бігає ганчірка. Він підняв ганчірку і побачив під нею кошеня. Дітям пропонується показати, які круглі очі були у хлопчика, коли він побачив «живу» ганчірку.

Етюд «Страх». Хлопчик боїться залишатися наодинці. Він нерухомо сидить на стільці і зі страхом дивиться на двері. Раптом в іншій кімнаті хтось причаївся?

Тренінг «Розкажи про свій страх». Дорослий починає розповідати про свої дитячі страхи, діти за бажанням продовжують.

Завершення заняття. Мета: закріпити позитивний ефект, врівноважити емоційний стан учасників, покращити їх самопочуття і настрої. Спів, танок, хоровод чи будь-яке спільне приємне для підлітків заняття.

ЗАНЯТТЯ 2 (корекція страху).

Розминка. Підлітки діляться враженнями про попереднє заняття.

Вправа «Гора з плечей». Підлітки стають, широко розставивши ноги, піднімають плечі, відводять їх назад і опускають. Повторюють кілька разів.

Гра «Які звуки ти розрізняєш на вулиці?». Діти уважно прислухаються до звуків, що доносяться з вулиці, проговорюючи, що саме вони чують. Завдання полягає у тому, щоб назвати щонайбільше звуків.

Психогімнастика.

Етюд «Попелюшка». Дівчинка зображує Попелюшку, що прийшла додому сумною: вона загубила черевичок.

Етюд «Момент відчаю». Дитина поїхала з батьками до чужого міста. На вокзалі відстала від них (дитина зображує відчай).

Тренінг «Намалюй свій страх». Дитині пропонують намалювати те, чого вона боїться. Для цього дитині необхідний великий аркуш паперу та різнокольорові олівці.

Гра «Рибалки і рибки». Двоє учасників – рибки, решта стають парами обличчям один до одного у дві лінії, беруться за руки; це – сітка. Рибки хочуть вибратися із сітки, хоча це – досить небезпечно. Вони проповзають на животі під сплетеними руками, які намагаються їх затримати.

Завершення заняття.

ЗАНЯТТЯ 3 (корекція страху).

Розминка. Діти діляться враженнями про попереднє заняття.

Вправа «Врятуй пташеня». Підліток уявляє, що у нього в долонях – безпомічне пташеня. Він намагається зігріти його своїм диханням, прикладає до грудей, віддає свою любов і тепло. Тоді – розтуляє долоні і бачить, що пташеня радісно злітає.

Гра «Що змінилось в цій кімнаті». Одному із учасників гри пропонується оглянути кімнату, намагаючись запам'ятати деталі, а тоді – заплющити на кілька хвилин очі. Тим часом інші учасники дещо змінюють у кімнаті (змін не повинно бути надто багато, а також вони не мають бути надто дрібними). Після цього дитині пропонується знову оглянути кімнату і сказати, що змінилось.

Психогімнастика.

Етюд «Двоє сердитих хлопчиків». Хлопчики посварилися, вони дуже сердиті, от-от поб'ються. Двоє дітей зображають емоційний стан хлопчиків.

Етюд «Нічні звуки». Каченя втекло з пташиного двору. Ніч застає його в лісі. Зіпсувалась погода, пішов дощ, піднявся вітер. Шуміли дерева, перегукувались сичі. Каченя бігало, доки не знайшло схованку.

Тренінг «Подолай свій страх». Діти долають страх за допомогою малюнків, що намалювали на попередньому занятті. При цьому вони можуть внести зміни у свій малюнок (наприклад, якщо на малюнку зображений вогонь, можна домалювати дощ, який його загасить), а можна запропонувати дитині «розірвати» свій «страх» на дрібні шматочки. Діючи таким чином, дитина відреагує на свій страх.

Гра «Паперовий кораблик». Діти стають у коло і тримають руки долонями вперед. В середині «паперовий кораблик», який розхитується вітром і нахиляється у різні боки.

Завершення заняття.

ЗАНЯТТЯ 4 (корекція страху).

Розминка. Діти діляться враженнями про попереднє заняття.

Вправа «Ти – лев». Підлітки заплющують очі, уявляють лева – царя звірів, сильного, могутнього, впевненого в собі, спокійного і мудрого. Він – красивий, стриманий, вільний. Розглядаючи лева, дитина бачить свої очі, руки, ноги. Цей лев – він сам (підліток).

Гра «Хто до тебе доторкнувся?». Одна дитина повертається до решти учасників спиною, а вони по черзі доторкаються до неї, її завдання – здогадатись, хто до неї торкнувся.

Психогімнастика.

Етюд «Роздуми». Хлопчик збирав у Лісі гриби і заблукав. Нарешті він вийшов на великий шлях, але в який бік йти?

Етюд «Казка». Підліток потрапив у казку і зустрічає різних казкових героїв (добрих і злих). Діти по чергово називають персонажів казок, а підліток відображає емоції, які охоплюють його при зустрічі з цими персонажами. «Малюємо казку». Підлітки слухають казку і, водночас, – малюють.

Завершення заняття.

ЗАНЯТТЯ 5 (корекція страху).

Розминка. Підлітки діляться враженнями про попереднє заняття.

Вправа «Театр дотиків». Підліток вільно лягає в позу «зірочки», заплющують очі. Звучить спокійна музика. Решта учасників мають ніжно і обережно торкатися його. Всі одночасно починають і закінчують цю вправу.

Психогімнастика.

Етюд «Перший сніг». Багато днів йшов дощ, дув сильний вітер. Хлопчик не виходив на вулицю. А сьогодні все довкола стало білим, у садку чисто, просторо і красиво.

Етюд «Кіт і миша». Мишеня весело гралось у кімнаті і не помітило, як звідкись узявся кіт. Воно заметушилося, але втекти було нікуди.

Тренінг. Вправа «Гармонійний танок». Підлітки стають один навпроти одного, легко торкаються долонями. У парі один заплющує очі. Звучить спокійна музика. Ведучий робить танцювальні рухи, інший намагається не загубитися.

Гра «Кораблик». Велика ковдра – корабель. Одна дитина – капітан, решта – матроси. На морі починається буря (матроси беруться за краї ковдри і сильно розгойдують її). Завдання капітана – втриматись певний час посередині. Згодом вітер стихає, всі хвалять капітана.

Завершення заняття.

ЗАНЯТТЯ 6 (тренінг спілкування, впевненості в собі, підвищення самооцінки).

Розминка. Діти діляться враженнями про попереднє заняття.

Вправа «Вростай в землю». Підліток сильно натискає ногами на підлогу, руки стискає в кулаки. Уявляє себе могутнім деревом з міцним корінням, якому не страшний будь-який вітер.

Гра «Час – можна і час – тиша». Почергово звучать команди «можна» (дітям дозволяється бігати, шуміти) і «тиша» (діти намагаються поводитися якнайтихіше).

Психогімнастика.

Етюд «Битва». Підліток зображує Котигорошка, який переміг Змія, і тепер дуже радий і пишається своєю перемогою.

Етюд «Вершина». Підліток зображує альпініста, що стоїть на вершині скелі, на яку ще ніхто не підіймався, а біля підніжжя – багато людей, які вітають його вміння та сміливість.

Тренінг. Гра «Дзеркало». Підлітки уявляють, що потрапили в магазин дзеркал. Одна частина групи – дзеркала, інша – тваринки. Тваринки ходять повз дзеркала, скачуть. Дзеркала повинні точно відображати рухи і міміку тваринок, що проходять перед ними.

Гра «Трон». Стілець ставлять на стіл. На нього по черзі сідають «діти – королі». Решта – слуги – повинні говорити улесливі слова.

«Смішний малюнок». Аркуш паперу прикріплюється до стіни, діти домовляються, що будуть малювати, і по черзі кожен домальовує деталі із заплющеними очима. Завершення заняття.

ЗАНЯТТЯ 7 (корекція страху).

Розминка. Діти діляться враженнями про попереднє заняття.

Вправа «Сонячний зайчик». Підліток уявляє, що по ньому бігає сонячний зайчик, а він намагається його погладити.

Гра «Які звірята є в цій кімнаті?».

Завдання учасників гри полягає у тому, щоб назвати якомога більше звірят, що є у кімнаті (це можуть бути іграшки, малюнки тощо).

Психогімнастика.

Етюд «Нічні звуки». Як і в занятті 3, лише ніч застає на відкритому просторі (в полі, пустелі).

Тренінг «Малювання під музику» (довільне). Дитині пропонується уважно вслухатись у музику, а тоді намалювати будь-що за власним бажанням.

Гра «Відгадай настрій». Одна дитина мімікою та жестами зображує настрій, інші намагаються відгадати. Хто зробить це правильно, займає місце ведучого.

Завершення заняття.

ЗАНЯТТЯ 8 (корекція страху).

Розминка. Підлітки діляться враженнями від попереднього заняття.

Вправа «Хто найвеселіший, найсумніший, найдобріший і т.д.?». Один підліток уважно придивляється до інших учасників і називає того, хто з них на даний час найвеселіший, найсумніший і т.д.

Психогімнастика.

Етюд «Сновидіння». Дитина лягла спати і їй наснився страшний (веселий, цікавий, сумний) сон.

Етюд «Пробудження». Настала весна. У лісі прокидаються ведмеді після зимового сну. Вони добре виспались і радіють весні.

Тренінг «Розкажи свій сон». Підлітки розповідають про свої страшні сни за малюнками, намальованими на попередньому занятті. Дають один одному поради, як можна було уві сні подолати свій страх. «Намалюй свій сон». Підліткові пропонується намалювати свій сон. Завершення заняття.

Досить результативними є спеціальні ігрові гуртки, куди запрошуються всі бажанчі і обов'язково залучаються малоконтактні діти із проблемою страху. Такі гуртки утворюються на базі одного чи декількох класів, або груп продовженого дня. Наведемо декілька варіантів з досвіду гуртка «Юних фантазерів», організованого для школярів 4-7 класів (у загальноосвітніх середніх школах м. Рівного та Рівненського району).

ЗАНЯТТЯ 1. Розповідь по колу. Ведучий розпочинає розповідь: «Коля і Маша, давні друзі, завжди після уроків йшли додому разом. Але одного разу...» Далі продовжує наступний і т.д. Завершує розповідь знову ж таки ведучий. Встановлюється максимум і мінімум внеску кожного: мінімум – одне речення, що під силу будь-кому, хто має труднощі в спілкуванні; максимум – півхвилини або хвилина розповіді.

ЗАНЯТТЯ 2. Програвання відомих казок. Обирається будь-яка із загальновідомих казок: «Червона шапочка», «Крокодил Гена і Чебурашка» і т.д. Кожному дається певна роль. Добре, коли керівник дозволяє відхилитися у грі від відомого сюжету. Імпровізація загострює інтерес учасників, вимагає неабиякої уваги, тренує реакцію учнів на розмови в діалогах.

ЗАНЯТТЯ 3. Захист фантастичних проєктів. Підліткам пропонується придумати проєкти на певні теми, наприклад: проєкт житлового будинку

під водою; проект космічного міста і т.д. Умови захисту проекту такі: оформлення проектів не має недоліків (від креслення на ватмані до малюнка крейдою на дошці); абсолютна доброзичливість слухачів (захищеним вважається будь-який проект, з яким виступає бажаючий). Такі умови допомагають зняти тривогу у замкнених, сором'язливих дітей, їхню боязнь видатися смішними.

ЗАНЯТТЯ 4. Особливу роль у боротьбі з дитячими страхами відіграє процес творення ним казок. Можна виділити базові елементи у побудові казки і визначити їхню послідовність: наказ чи заборона; порушення; шкідництво чи недостача; від'їзд героя; завдання; зустріч із благодійником; чарівні подарунки; поява героя; надприродні властивості суперника; боротьба; перемога; повернення; прибуття додому; неправдивий герой; важкі випробування; проблема ліквідується; героя впізнали; викриття неправдивого героя; покарання супротивника; весілля.

Усі розглянуті спеціальні заняття відносяться до непрямих методів боротьби із дитячими страхами. Діти навіть не підозрюють, що відбувається процес реабілітації. Також можна використовувати поєднання прямого і непрямих методів. Його мета – також психотерапевтична, але відбувається поєднання цих методів за особливою методикою. Головне при цьому, яку установку в кожній ігровій вправі дасть психолог.

Рольові ігри із підлітками можна будувати на літературних сюжетах, наприклад, за творами В. Шекспіра, І. Франка, Л. Українки та ін. Групи необхідно дати установку на те, що тут – не драматичний гурток, і акторські дані для її учасників не є обов'язковими. Головне – зміст монологів, діалогів і реплік, які будуть говорити діючі особи, ступінь їх розуміння тієї особистості, яку зображують.

Така установка знімає напруженість у тих, хто відчуває страх у суспільстві, не завжди володіє доцільними певній ситуації жестами і мімікою. Головне, щоб увага учасників була зосереджена на смислі вчинків героя і мотивах його висловлювань (чому людина із одним партнером говорить так, а з іншим – по-іншому).

Крім літературних сюжетів із підлітками психологам слід програвати сюжети із шкільного життя, наприклад: «Бесіда із підлітком, який не встигає на заняттях, в присутності всього класу» та ін. Досить розповсюдженою помилкою, яку досить часто припускаються учасники гри, – прийняття ролі пародії як особистісно значущої. У цьому випадку психологу слід звернути увагу на те, як саме слід відображувати реальну людину, а не способи її маскування.

Узагальнюючи результати проведеного дослідження слід відмітити, що після проведення корекційних ігрових занять у підлітків діагностувався позитивний ефект. Щоправда, не всі види страхів усуваються однаково легко. Найкраще коригуються страхи, породжені уявою підлітка (транспорту,

стихії, казкових персонажів). Якщо страхи мають абстрактний характер (наприклад, страх смерті), то результати їх корекції – значно гірші. Так, наприклад, якщо кількість дітей, що боялися казкових персонажів, після запропонованих ігор зменшилась на 13,3 % (від 20 % до 6,7 %), тобто більше, ніж наполовину, то кількість дітей, що відчувають страх смерті – лише на 3,3 % (від 83,3 % до 80 %). Треба зазначити, що страх казкових персонажів, хоча він й усувається значно легше, ніж страх смерті, проте є похідним від останнього.

Найменше піддаються корекційному впливові медичні та просторові страхи. У процесі проведення корекційних ігор нам вдалося суттєво знизити соціально опосередковані страхи. При цьому, ми дійшли до висновку, що страх смерті тісно пов'язаний з іншими страхами. Часто підлітки починають персоніфікувати смерть, уявляючи її у вигляді окремої істоти, наділеної тасмними і жахливими властивостями (страх казкових персонажів). Майже на 50 % вдається подолати страхи, породжені підлітковою уявою (страх темряви, казкових персонажів). Дещо поступається за результативністю робота зі страхами, пов'язаними із фізичною шкодою (страх вогню, війни), ймовірно тому, що вони мають реальне підґрунтя. Серед страхів цієї групи найсуттєвіше змінилися показники страху стихій та транспорту (від 32,1 % до 27,5 %).

Отже, застосування гри та малювання є досить ефективним методом роботи з тривожними підлітками та у боротьбі з конкретними формами страху. Завдяки цим видам діяльності підліток звільняється від напруження, підвищує власну самооцінку та вільно виражає себе. Програючи в символічній формі життєві проблеми чи зображуючи їх на малюнку, підліток поступово навчається долати їх. Тому в подальшому слід вивчати особливості використання рольових ігор не лише з метою корекції, а й у профілактичних цілях.

1. Титаренко Т. Як працювати з батьками хворих дітей / Т. Титаренко // Психолог. – 2003. – № 5. – С. 3–7. 2. Главник О. Тренінг комунікативних умінь / О. Главник // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – № 1. – С. 21–24. 3. Главник О. Корекційна робота психолога / О. Главник. – К. : Шкільний світ, 2002. – 126 с. 4. Подмазін С. Діти з особливими потребами / С. Подмазін // Психолог. – 2002. – № 10. – С. 25–29.

Рецензент: д.пед.н, професор І. В. Поташнюк.