

Сейдалиева Гульнара Шарипхановна, кандидат педагогических наук, доцент, Хишанло Салима Ильясовна
Таразский университет имени М. Х. Дулати, Тараз, Республика Казахстан, splimamashanlo@gmail.com

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ИГРОВОЙ ТЕРАПИИ

В статье рассматриваются особенности психологического сопровождения младших школьников с использованием средств игровой терапии. Актуальность темы обусловлена возрастанием уровня тревожности, эмоциональной неустойчивости и агрессивных проявлений у детей младшего школьного возраста в условиях образовательной среды. Игровая терапия представлена как эффективный и универсальный метод психологической помощи, способствующий снижению тревожности, развитию эмоциональной саморегуляции и формированию навыков конструктивного поведения. В статье подчёркивается профилактическая направленность игровой терапии в системе психологического сопровождения младших школьников, а также её значение для предупреждения эмоциональных и поведенческих трудностей на последующих этапах развития личности.

Ключевые слова: игровая терапия; психологическое сопровождение; младшие школьники; особенности.

Seidalieva Gulnara Sharipkhanovna, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Khishanlo Salima Ilyasovna
Taraz University named after M. Kh. Dulati, Taraz, Republic Kazakhstan, splimamashanlo@gmail.com

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN BY MEANS OF PLAY THERAPY

The article discusses the features of psychological support for younger schoolchildren using gambling therapy. The relevance of the topic is due to the increased level of anxiety, emotional instability and aggressive manifestations in primary school-age children in the educational environment. Play therapy is presented as an effective and universal method of psychological help, contributing to the reduction of anxiety, the development of emotional self-regulation and the formation of constructive behavior skills. The article highlights the preventive orientation of play therapy in the system of psychological support for younger schoolchildren, as well as its importance for preventing emotional and behavioral difficulties at subsequent stages of personality development.

Key words: play therapy; psychological support; primary school students; special features.

Введение. В настоящее время проблема психологического сопровождения младших школьников приобретает особую значимость в связи с увеличением числа детей, испытывающих трудности эмоциональной адаптации к условиям школьного обучения. Переход к систематической учебной деятельности сопровождается изменением привычного образа жизни ребёнка, расширением круга социальных контактов и необходимостью соответствовать новым требованиям, что нередко вызывает повышение уровня тревожности, эмоциональную неустойчивость и агрессивные реакции [1, с. 64].

Основная часть. Современные исследования подчёркивают, что эмоциональные нарушения, сформировавшиеся в младшем школьном возрасте, при отсутствии целенаправленного психологического сопровождения могут негативно отражаться на познавательной активности, межличностных отношениях и личностном развитии ребёнка в целом [2, с. 137]. В связи с чем, особое значение приобретает поиск эффективных, гуманистически ориентированных методов психологической помощи, соответствующих возрастным особенностям детей начальной школы. Одним из наиболее эффективных и универсальных методов психологической помощи является игровая терапия, основанная на использовании игры как ведущей деятельности младшего школьника [3, с. 52]. Эффективность использования игровых методов в системе психологического сопровождения младших школьников обусловлена их соответствием возрастным психологическим особенностям детей данного периода развития. В младшем школьном возрасте эмоциональные переживания ребёнка тесно связаны с деятельностью, а игра сохраняет своё значение как важное средство самовыражения и переработки внутреннего опыта. Именно в игровой форме ребёнок получает возможность выразить чувства, которые затруднительно или невозможно осознать и вербализовать в условиях учебной деятельности [4, с. 73].

Научные исследования подчёркивают, что игровая терапия позволяет создать психологически безопасное пространство, в котором младший школьник может свободно проявлять эмоции, экспериментировать с моделями поведения и осваивать социальные роли без страха негативной оценки со стороны взрослых и сверстников [5, с. 41]. Это особенно важно для детей с повышенным уровнем тревожности, для которых ситуация школьного обучения часто связана с переживанием неуспеха, ожиданием наказания или критики. В игровых ситуациях тревожность снижается за счет смещения акцента с результата на процесс, а также благодаря переживанию положительных эмоций и чувства контроля над происходящим [6, с. 52].

В рамках психологического сопровождения игровые методы позволяют специалисту мягко воздействовать на эмоциональную сферу ребёнка, не нарушая его личных границ. Через сюжетно-ролевые игры, символические действия и игровые образы младший школьник может выразить внутренние конфликты, страхи и напряжение в социально приемлемые формы. К числу таких методов относятся релаксационно-образные

и символические игры, в которых ребёнок получает возможность выразить свои переживания в метафорической форме. Например, в игровой технике «Безопасное место» ребёнку предлагается в воображаемом или игровом пространстве создать образ места, где он чувствует себя спокойно и защищено. Данная игра способствует формированию чувства психологической опоры и снижению тревожных ожиданий, связанных с учебной деятельностью и социальными воздействиями. При этом игра выступает не только как средство диагностики эмоционального состояния, но и как инструмент его коррекции и стабилизации [3, с. 96].

Эффективными в работе с тревожными младшими школьниками также являются игры, направленные на переработку страхов и тревожных фантазий. В процессе таких игр дети имеют возможность символически «оживлять» свои переживания через персонажей, игрушки или рисунки, придавая им определённые характеристики и действия. Это способствует уменьшению уровня тревоги, так как позволяет вынести внутренний конфликт на внешний план и постепенно освоить пугающие ситуации в безопасной и контролируемой обстановке.

Особую значимость игровые методы также приобретают в работе с агрессивными проявлениями у младших школьников. Агрессия в данном возрасте нередко является следствием накопленного эмоционального напряжения, трудностей адаптации к школьной среде и недостаточной сформированности навыков саморегуляции. В игровых ситуациях ребёнок получает возможность отреагировать агрессивные импульсы в символической форме, что способствует снижению их интенсивности и предотвращает закрепление деструктивных форм поведения [7, с. 89]. В частности, применяются игры, в которых агрессия получает символическое выражение и безопасный выход. К таким методам относятся игровые техники, предполагающие взаимодействие с условными образами «злости», «гнева» или «силы», где ребёнок может исследовать свои чувства без риска причинения вреда окружающим.

Важное место в психологическом сопровождении младших школьников занимают интегративные игровые методы, сочетающие элементы работы как с тревожностью, так и с агрессивными проявлениями. Одним из примеров данного подхода является применение игровых сценариев, где ребёнок оказывается в сложной ситуации и ищет пути её разрешения через взаимодействие с игровыми персонажами. В таких играх воссоздаются условия конфликтов, неуверенности или напряжения, предоставляя ребёнку возможность испытать различные модели поведения и выбрать наиболее эффективную. Это способствует формированию навыков саморегуляции, развитию ответственности за собственные действия и укреплению позитивного образа «Я».

Использование игровых методов в психологическом сопровождении младших школьников также способствует развитию эмоциональной осознанности и навыков саморегуляции. В процессе игры дети учатся распознавать собственные эмоциональные состояния, называть их и находить способы конструктивного выражения чувств. Это, в свою очередь, положительно отражается на учебной мотивации, межличностных отношениях и общем эмоциональном фоне ребёнка в образовательной среде [2, с. 137].

Заключение. Таким образом, анализ научных подходов к проблеме психологического сопровождения младших школьников позволяет сделать вывод о высокой эффективности игровой терапии как универсального и эффективного метода психологической помощи. Игровые методы, опирающиеся на ведущую деятельность детей младшего школьного возраста, создают условия для безопасного выражения эмоций, переработки внутреннего напряжения формирования навыков эмоциональной саморегуляции. Использование игровых форм способствует снижению уровня тревожности, коррекции агрессивных проявлений и развитию конструктивных способов взаимодействия с окружающими. Особая ценность игровой терапии заключается в её гуманистической направленности и возможности мягкого воздействия на эмоциональную сферу ребёнка без нарушения его личных границ. Это положительно отражается не только на эмоциональном состоянии детей, но и на их учебной мотивации, межличностных отношениях и адаптации к требованиям образовательной среде.

В целом игровые методы в системе психологического сопровождения младших школьников следует рассматривать как эффективное средство профилактики и коррекции эмоциональных и поведенческих трудностей. Их использование на ранних этапах школьного обучения создаёт предпосылки для гармоничного личностного развития ребёнка и предупреждения более выраженных форм тревожности и агрессивного поведения на последующих возрастных этапах.

Список цитируемых источников

1. Эльконин, Д. Б. Психология игры / Д. Б. Эльконин. — М. : Педагогика, 1999. — 360 с.
2. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков / А. М. Прихожан. — М. : Ин-т практ. психологии, 2000. — 304 с.
3. Кляйн, М. Детский психоанализ / М. Кляйн. — СПб. : Питер, 2001. — 480 с.
4. Божович, Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. — СПб. : Питер, 2008. — 400 с.
5. Выготский, Л. С. Психология развития ребёнка / Л. С. выготский. — М. : Смысл, 2005. — 512 с.
6. Захаров, А. И. Игровая терапия детских страхов / А. И. Захаров. — М. : Речь, 2010. — 256 с.
7. Лэндрет, Г. Игровая терапия: искусство отношений / Г. Лэндрет. — М. : Генезис, 2015. — 416 с.