

Бердянський державний педагогічний університет  
Факультет дошкільної, спеціальної та соціальної освіти  
Кафедра прикладної психології та логопедії

**Пояснювальна записка**  
до магістерської роботи

на тему «**Емоційна гімнастика як засіб психокорекційної тренінгової роботи з підлітками з заїкання**»

Виконала: здобувач II рівня вищої освіти, групи м23СО Спеціальності 016 Спеціальна освіта Освітньо-професійної програми Спеціальна освіта Спеціалізації 016.01.Логопедія.  
**Дар'я ШМАКОВА**

Науковий керівник: канд. пед. н, доцент кафедри прикладної психології та логопедії **Ганна МИЦИК**

Рецензент: стар.викл. кафедри прикладної психології та логопедії  
**Аліна СИНИЦЯ**

Запоріжжя – 2023 р.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОЇ ГІМНАСТИКИ НА РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ ІЗ ЗАЇКАННЯМ .....</b>	<b>7</b>
1.1. Характеристика заїкання як мовленнєвого порушення .....	7
1.2. Особливості реалізації комплексного методу подолання заїкання .....	14
1.3. Особливості психокорекційної роботи з підлітками із заїканням .....	18
1.4. Вплив емоційної гімнастики на розвиток підлітків із заїканням	25
Висновки до першого розділу .....	29
<b>РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ ГІМНАСТИКИ ЯК ЗАСОБУ ПСИХОКОРЕКЦІЇ В ТРЕНІНГОВІЙ РОБОТІ З ПІДЛІТКАМИ ІЗ ЗАЇКАННЯМ .....</b>	<b>31</b>
2.1. Завдання й методика експериментального дослідження.....	31
2.2. Особливості проведення тренінгів з використання емоційної гімнастики з підлітками із заїканням .....	33
2.3. Аналіз результатів експериментального дослідження .....	43
Висновки до другого розділу.....	49
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>50</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....</b>	<b>52</b>

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** В сучасному світі, спілкування є ключовою навичкою, яка відкриває двері до успіху та самореалізації кожної людини. Однак, для підлітків з заїканням, ця звичайна навичка може стати викликом та перешкодою на шляху до ефективного спілкування. Заїкання, розглядаючи як психологічний розлад, який може суттєво вплинути на самоповагу та комунікаційну впевненість підлітків, викликати в них соціальну ізоляцію та тривожність. Прояв негативних психічних станів супроводжується різноманітними вегетативними реакціями, руховими хитрощами, які іноді набувають характеру ритуальних дій і супроводжуються різним ступенем напруженості м'язів, які не беруть участь у мовленнєвому акті.

З точки зору логопедії це порушення темпо-ритмічної сторони мовлення, обумовлене судомним станом м'язів мовленнєвого апарату. Мовленнєва симптоматика полягає в тому, що у підлітка спостерігається судоми на рівні мовленнєвого апарату, які ведуть до порушення взаємодії дихальної, голосоутворювальної та артикуляторної систем (Н. Асатіані, Л. Белякова, С. Дьякова, Р. Левіна, С. Ляпідевський, Г. Неткачев, В. Гілярівський, І. Сікорський, Н. Тяпугін, В. Селіверстов, В. Шкловський та ін.).

У сучасній науковій літературі набуває актуальність пошуку дієвих методів та інноваційних технологій корекційно-розвиткового впливу на дітей, які мають функціонально-мовленнєві порушення (Анастасова Н. М. [54], Лопатіна Г.О. [53], Ревуцька О.В. [52], Lyndina Y., Martyniuk Z., Tovstohan V., Babichenko A., Mytsyk H., Samoilenko I. [51], Piddubna O., Maksymchuk A., Lytvychenko D., Revutska O., Moskalenko M., Sopina O. [55], Syzko H., Sushchynska T., Anastasova N., Donchenko O., Dubovenko A. [56]). Зокрема підлітків із заїканням, з метою сприяння корекції даного мовленнєвого порушення та їх соціальної адаптації. В цьому контексті,

одним з дієвих засобів такої роботи є використання емоційної гімнастики – комплексу вправ та методів, спрямованих на розвиток емоційної пластичності, виявлення та вираження емоцій, релаксацію, техніки саморегуляції та вдосконалення навичок міжособистісного спілкування. Вона допомагає їм зрозуміти та контролювати свої емоції, знизити рівень тривожності та стресу, пов'язаного з мовленнєвою проблемою.

Застосування емоційної гімнастики для підлітків із заїканням може мати значущий вплив на їхні вербальні навички та загальний рівень комунікабельності. Вона допомагає створити сприятливу психологічну атмосферу для подолання заїкання та стимулює позитивний емоційний фон, що сприяє покращенню якості спілкування. У результаті психокорекційної тренінгової роботи, підлітки можуть отримати не лише покращене мовлення, а й підвищену самоповагу та впевненість у власних здібностях. Важливо пам'ятати, що емоційна гімнастика є лише однією зі складових комплексної програми розвитку спілкувальних навичок підлітків з заїканням.

Важливість та актуальність цього дослідження обумовило вибір теми магістерської роботи **«Емоційна гімнастика як засіб психокорекційної тренінгової роботи з підлітками із заїканням»**.

**Об'єкт дослідження:** процес психокорекційної тренінгової роботи з підлітками із заїканням.

**Предмет дослідження:** емоційна гімнастика як засіб психокорекційної тренінгової роботи з підлітками із заїканням.

**Мета дослідження:** полягає у науковому обґрунтуванні та розробці системи психокорекційних тренінгів з використанням емоційної гімнастики для підлітків з заїканням, експериментальній перевірці її впливу на рівень розвитку вербальних засобів спілкування.

**Завдання дослідження:**

– здійснити огляд наукових досліджень та публікацій, що присвячені проблемі використання емоційної гімнастики у роботі з підлітками, що заїкаються;

– охарактеризувати особливості психокорекційної роботи з підлітками із заїканням, визначити місце емоційної гімнастики в системі комплексної допомоги;

– розробити систему тренінгів з використанням емоційної гімнастики для підлітків з заїканням, експериментально перевірити її вплив на рівень розвитку вербальних засобів спілкування.

**Гіпотеза дослідження** базується на припущенні, що система тренінгів, заснована на емоційній гімнастиці, може вплинути на психологічний стан підлітків із заїканням та сприяти покращенню розвитку їх вербальних засобів спілкування.

**Методи дослідження.** Для досягнення поставленої мети й розв'язання завдань використано комплекс методів:

– *теоретичні* (порівняльний аналіз, класифікація та узагальнення різних поглядів науковців у галузі медицини, логопедії, психокорекційної педагогіки, загальної та спеціальної психології, психолінгвістики та нейропсихології на проблему використання емоційної гімнастики як засобу психокорекційної тренінгової роботи з підлітками із заїканням);

– *емпіричні* (педагогічний експеримент для аналізу стану проблеми, що досліджується); моделювання – для створення та опису системи психокорекційних тренінгів з використанням емоційної гімнастики для підлітків з заїканням, здатних сприяти розвитку їх вербальних засобів спілкування;

– *математичні* – для обробки результатів педагогічного експерименту.

**Практичне значення одержаних результатів.** Розроблена система тренінгів з використанням емоційної гімнастики для підлітків з заїканням має значимість з практичної точки зору з наступних причин. Вона може стати ефективним інструментом в роботі вчителів спеціальної освіти та психологів, фахівців ІРЦ для психокорекції та поліпшення мовленнєвих навичок підлітків із заїканням, що є важливим для їх подальшої адаптації та інтеграції в суспільство. Окремі елементи цієї системи можна використовувати в інших

напрямах корекційно-розвиткової роботи з особами з особливими освітніми потребами різного віку. Отримані емпіричні результати дослідження можуть бути корисними для дослідження в галузі психології, спеціальної освіти та психолінгвістики.

**База дослідження:** Українська загальноосвітня школа I-III ступенів №12 Селидівської міської ради Донецької області (м. Українськ).

**Структура та обсяг роботи:** робота виконана на 56 сторінках, з них 49 – основний текст, містить вступ, два розділи, висновки до кожного розділу, загальні висновки, список використаних літературних джерел.

## ВИСНОВКИ

У магістерській роботі здійснено теоретичне та експериментальне дослідження проблеми розвитку вербальних засобів спілкування підлітків із заїканням. Реалізовані мета і завдання надають змогу зробити загальні висновки.

На основі здійсненого огляду наукових досліджень та публікацій, що присвячені проблемі використання емоційної гімнастики у роботі з підлітками, що заїкаються, вказано на те, що заїкання це порушення темпоритмічної сторони мовлення, обумовлене судомним станом м'язів мовленнєвого апарату. Поява судом на різних його рівнях веде до порушення взаємодії дихальної, голосоутворювальної та артикуляторної систем, що впливає на плавність мовлення, інтонаційне забарвлення, появу мовленнєвих спотикань, порушень експресивного мовлення та мовленнєвого дихання. До соціально-психологічних наслідків слід віднести: появу феномену фіксованості на дефекті, вегетативних реакцій, рухових хитрощів, які іноді набувають характеру ритуальних дій і супроводжуються різним ступенем напруженості м'язів, які не беруть участь у мовленнєвому акті; логофобій тощо.

Враховуючи комплексність заїкання, необхідно визнати, що емоційна гімнастика може стати важливим методом впливу та розв'язання цієї проблеми. Оскільки вона орієнтована на розвиток емоційної сфери, сприяє покращенню мовленнєвого висловлювання та робить акцент на психологічних аспектах заїкання.

Емоційна гімнастика – це комплекс спеціальних вправ і технік, спрямованих на розвиток та регуляцію емоційної сфери людини. Метою цього методу є покращення емоційного самопочуття, розвиток емпатії, здатності впоратися зі стресом, а також виявлення і вираження своїх почуттів.

В емоційній гімнастиці можуть використовуватися різноманітні вправи, такі як дихальні техніки, арт-терапія, рольові ігри, медитація та інші методи, спрямовані на стимулювання позитивних емоцій та розслаблення. У контексті роботи з підлітками із заїканням емоційна гімнастика може використовуватися як засіб психокорекції та поліпшення емоційної стійкості, що, в свою чергу, може сприяти полегшенню процесу подолання заїкання та покращенню комунікативних навичок.

Відповідно до поставлених в магістерській роботі завдань, розроблено систему тренінгів з використанням емоційної гімнастики для підлітків з заїканням, надано рекомендації щодо структури тренінгу та особливостей проведення. Експериментально перевірено вплив системи тренінгів на рівень розвитку вербальних засобів спілкування. Для цього проведено експериментальне дослідження в три етапи протягом 2022-2023 рр.

На констатувальному етапі експерименту визначено базу для експериментальної роботи (Українська загальноосвітня школа I-III ступенів №12 Селидівської міської ради Донецької області (м. Українськ)) та обрано групу респондентів (3 підлітки із заїканням – учні 7 класу (12-13 років)); дібрано діагностичний інструментарій для виявлення рівня розвитку вербальних засобів спілкування у підлітків із заїканням (методика І. Бізікової) [26], визначено критерії та рівні розвитку вербальних засобів спілкування у підлітків із заїканням. Кількісні показники, отримані за результатами констатувального етапу експерименту, уможливили зробити висновок про переважно низький рівень сформованості розвитку вербальних засобів спілкування підлітків із заїканням. Відтак, доведена необхідність здійснення корекційно-педагогічної роботи за цим напрямком.

На контрольному етапі експерименту проведено повторну діагностику, порівняння результатів на початку та після реалізації запропонованої нами системи психокорекційних тренінгів з використанням емоційної гімнастики для підлітків з заїканням. На основі цих результатів засвідчено позитивну динаміку, що підтверджує ефективність її впливу.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Ю.В. Психологія розвитку: навч. посіб. Харків: ФОП. Панов А.М., 2015. 336с.
2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2004. 271с.
3. Арнаутова Л.В. Корекція заїкання у вітчизняній та зарубіжній практиці. Актуальні питання корекційної освіти (педагогічна наука): збірник наукових праць. Кам'янець-Подільський: ППМедобори. вип.9. 2017. Т.1. с.5.
4. Беккер К.П. Комплексный медико-педагогический метод лечения заикания. [Н.М.Асатиани, К.П.Беккер, Л.И.Белякова и др.]; под ред. Н.А.Власовой, К.П.Беккер. М.: Медицина, 1978. С. 24-28.
5. Белякова Л.И., Дьякова Е.А. Логопедия. Заикание. М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. 320с.
6. Богданович В.Н. Психокоррекция в повседневной жизни. М.: Респекс, 2015. 437с.
7. Буянов М. И. Заикание у подростков. Кн. для логопеда Сост. М.: Просвещение, 1989. 175 с.
8. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карabanова [и др.]. М.: Академия, 2002. 179с.
9. Волкова Л.С. Логопедия: учебник. М.: Владос, 2006. 703с.
10. Державний стандарт початкової освіти, затверджений Постановою Кабінету міністрів України 21.02.2018 №87. К., Видавничий дім Основа, 2018. С. 80
11. Журавльова Л.С. Розвиток мовлення у старших дошкільників із заїканням засобами музично-дидактичних ігор: автореф. дис. ... канд. педаг. наук: 13.00.03. Київ, 2009. 25с.

12. Игумнов С.А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков. М.: Институт психотерапии, 2011. 112с.
13. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 349с.
14. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник по групповой психокоррекции. Ростов н/Д: Феникс, 2011. 443с.
15. Камінська Ю.В. Подолання темпо-ритмічних порушень у підлітків: аналіз проблеми. *Корекційна та соціальна педагогіка і психологія*. 2013. №10. С.226-234.
16. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. М.: Российское педагогическое агентство, 1997. 191с.
17. Козинец А.В. Теоретические подходы Рудольфа Краевского к проблеме заикания. *Весці БДПУ. Серія 1. Педагогіка*. 2015. №1. С.7-10.
18. Корнєв С.І. Проблеми корекційної педагогіки у творчій спадщині І.О. Сікорського: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03. К.: Знання, 2009. 217с.
19. Когновіцька Т. С. Подолання заїкуватості в школярів з урахуванням мелодики і темпу їх мовлення. Львів. 1990.
20. Кондратенко В., Ломоносов В. Заїкання: сеноменологія та основні напрями реабілітації: Посібник для вищ. навч. закладів. К. :Вид-во КНТ, 2006. 70 с.
21. Кондратенко В., Ломоносов В. Заїкання: феноменологія та основні напрями реабілітації: посіб. для вищ. навч. закладів. К.: Вища школа, 2006. 70 с.
22. Кравченко А. І. З історії питання клініко-фізіологічної характеристики заїкання. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2014. № 9 (43).
23. Кравченко А. І., Скачедуб Н. М. Корекція заїкання засобами комплексної фізичної реабілітації: навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. перероб. і доп. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 178 с.

24. Кравченко А. І., Мороз Л. В., Зелінська К. О. Корекція тяжких мовленнєвих вад за допомогою акупресури: навч.- метод. Посіб. для студ. вищ. навч. закл., Суми, 2013. 272 с.
25. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: учеб. пособ. для студ. высш. учеб. завед. М.: Академия, 2001. 256с.
26. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. М.: Педагогика, 2013. 180с.
27. Логопедія: підручник / МОН України; ред. М.К. Шеремет. К.: Видавничий Дім «Слово», 2010. 672с.
28. Логопсихологія: навч. посіб. С. Ю. Конопляста, Т. В. Сак; за ред. М. К.Шеремет. К.: Знання, 2010. 293 с.
29. Максименко С.Д. Загальна психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. К.: Центр учбової літератури, 2008. 271с.
30. Максименко С.Д. Основи генетичної психології: навч. посіб. для студ. пед. вузів. К.: НПЦ Перспектива, 1998. 216с.
31. Максименко С.Д., Клименко В.В., Тостоухов А.В. Психологічні механізми зародження, становлення та здійснення особистості. К.: Вид-во Європ. ун-ту, 2010. 151с.
32. Матійків І.М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник. К.: Педагогічна думка, 2012. 112с.
33. Миссуловин Л.Я., Миссуловина Н.С., Зиновьева Е.А. Спорные вопросы понимания сущности заикания, его клинических особенностей и устранения. *Специальное образование*. 2015. №XI. С.8-16.
34. Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие. М.: Сфера, 2002. 510с.
35. Поварова И.А. Коррекция заикания в играх и тренингах. СПб: 2004. 348с.
36. Практикум із групової психокорекції: підручник С.Д. Максименко, О.О. Прокоф'єва, О.В. Царькова [та ін.]. Мелітополь: Видавничо-поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414с.

37. Прилепа В. А., Кравченко А. І. Акупресура як складова системи корекційно-лікувального впливу при заїканні. Сучасні проблеми логопедії та реабілітації: збірник матеріалів конференції (14 квітня 2017 року, м. Суми).

38. Рибцун Ю. В. Проблема заикания у дошкольников в работах Р. Е.Левиной [Электронный ресурс] / Ю. В. Рибцун. Режим доступа к изд. : [http://www.logoped.in.ua//newsite/?page\\_id=1595](http://www.logoped.in.ua//newsite/?page_id=1595) .

39. Самоукина Н.В. Игровые методы в обучении и воспитания (психотехнические упражнения и коррекционные программы). М.: Московский институт повышения квалификации работников образования, 1992. 154с.

40. Секачев В. Хрестоматия. Логопедия. Заикание. М.: Эксмо-Пресс, 2001. 188с.

41. Сергеева І.В. Логопедична допомога в системі освіти України. Педагогіка та методика спеціальні: Зб. наук. ст. НПУ ім. М.П.Драгоманова. К., 2001.

42. Селиверстов В.И. Заикание у детей. М.: Владос, 2000. 208с.

43. Сильченко В. В., Кордонець В. В, Вахітова А. Б. Заїкання у підлітків, способи корекції та подолання. Актуальні питання корекційної освіти. Випуск №10 (2018).

44. Скляр С.В. Сучасні погляди на сутність заїкання та методи його корекції. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи.* 2018. Випуск 60. С.118-124.

45. Тренінгове заняття «Вчимося керувати емоціями» [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://vseosvita.ua/library/treningove-zanatta-vcimosakeruvati-emociami-26969.html>.

46. Тарасун В.В. Логодидактика. Навчальний посібник для вищих навчальних закладів. К.: Видавництво Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова, 2004. 348 с.

47. Трофименко Л.І. Програма з корекційно-розвиткової роботи для підготовчого, 1-4 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів

для підлітків з тяжкими порушеннями мовлення («Корекція мовлення»). Київ, 2016. 90 с.

48. Шеремет М.К. Логопедія Підручник, третє видання, перероблене та доповнене. За ред. М.К.Шеремет. К.: Слово, 2014. 672 с.

49. Шеремет М.К. Неврологічні основи логопедії: навч. посіб. / М. К.Шеремет, О. В. Боряк. Суми: ФОП Цьома С.П., 2016 252 с.

50. Школа для батьків В. Бондаровська, К. Бабенко, О. Возіянова та ін. К.: Батискаф, 2003.

51. Lyndina Y., Martynyuk Z., Tovstohan V., Babichenko A., Mytsyk H., Samoilenko I. Psychological and Pedagogical Technologies in Working with Children with Special Educational Needs: Neuropedagogical Aspect. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. 14(1). P. 302–318. <https://doi.org/10.18662/brain/14.1/421>

52. Ревуцька О.В. Інноваційні технології в спеціальній освіті. Бердянськ, 2018. 216 с.

53. Лопатіна Г.О. Підготовка компетентного фахівця до формування мовленнєвої особистості дитини з порушенням мовлення. Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка. Т. 1. Вип. 24. 2020. С. 81-86.

54. Анастасова Н. М. Теоретичне обґрунтування напрямів соціально-емоційного розвитку дітей з тяжкими порушеннями артикуляційного апарату. Логопедія. 2015. № 6. С. 3-10.

55. Piddubna O., Maksymchuk A., Lytvychenko D., Revutska O., Moskalenko M., Sopina O. Implementing Neuropedagogical Innovation in Schools: From Theory to Practice. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. № 14(2). P. 37-58.

56. Syzko H., Sushchynska T., Anastasova N., Donchenko O., Dubovenko A. Web Quest Technologies: Developing Communicative Sphere of Preschool Children with Down Syndrome. Vol 9, No 3 (2020) : Journal of History Culture and Art Research 9(3). P. 55–71.