

ŽAIDIMŲ TERAPIJOS TAIKYMAS IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINĖS SVEIKATOS UGDYMU(SI): UGDOMOJO PROJEKTO REZULTATAI

NERINGA STRAZDIENĖ¹, RENATA JAKOVENKO²

Klaipėdos universitetas (Lietuva)

ANOTACIJA

Iki mokyklos vaikas turi pasiekti optimalią fizinę, emocinę, socialinę ir pažinimo brandą, todėl emocinės sveikatos pamatai turi būti dedami jau ikimokykliniame amžiuje. Keliamas tyrimo tikslas – iširti žaidimų terapijos taikymo galimybes ugdant vaikų emocinę sveikatą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Taikyti tyrimo metodai: mokslinės literatūros ir dokumentų analizė, ugdomasis projektas, vaikų elgsenos stebėjimas, kokybinė duomenų analizė. Ugdomajame projekte dalyvavo 19 Klaipėdos m. X l/d ikimokyklinio amžiaus vaikų. Nustatyta, kad 5–6 metų vaikų gebėjimas kontroliuoti ir valdyti savo elgesį, emocijas žaidžiant pakito iš esmės. Žaidybinės veiklos pradžioje vaikai sunkiai galėjo susitvarkyti su iškilusiais sunkumais atliekant tam tikras užduotis. Išryškėjo individualūs vaikų ir lyties skirtumai. Projektui įpusėjus, jie išmoko spręsti konfliktus, prisitaikyti prie situacijos, bendrauti ir bendradarbiauti. Pastebėta, kad susilpnėjo liūdesio, baimės ir nerimo emocijos. Empirinio tyrimo rezultatai leido išryškinti žaidimų terapijos taikymo ypatumus ir galimybes ugdant vaikų emocinę sveikatą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

PAGRINDINIAI ŽODŽIAI: *žaidimų terapija, ikimokyklinio amžiaus vaikai, emocinė sveikata, ugdomasis projektas.*

JEL KLASIFIKACIJA: I12, I21; I31.

DOI: <https://doi.org/10.15181/rfds.v40i2.2539>

Įvadas

Lietuvos Respublikos švietimo įstatyme (straipsnių pakeitimo įstatymas Nr. I-1489) (2020) teigiama, kad ikimokyklinio ugdymo paskirtis – padėti vaikui tenkinti prigimtinius, kultūros, etninius, socialinius, pažintinius gebėjimus, ugdyti kognityvinius įgūdžius, padėti vaikui pasirengti ugdytis pagal priešmokyklinio ugdymo programą. Priešmokykliniame amžiuje siekiama užtikrinti palankias asmenybės raidos ir ugdymo sąlygas, padėti pasirengti sėkmingai pradėti mokytis mokykloje (Priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo bendrosios programos, 2022). Iki mokyklos vaikas turi pasiekti optimalią fizinę, emocinę, socialinę ir pažinimo brandą, todėl emocinės sveikatos pamatai turi būti dedami jau ikimokykliniame amžiuje.

Mokslininkų (Hille, Evanschitzky, Bauer, 2015) teigimu, viena svarbiausių ikimokyklinio amžiaus vaikų užduočių yra išmokti atpažinti ir apibūdinti savo jausmus; gebėti pažinti ir valdyti emocijas, nes emocijai sustiprėjus, vaiko elgesys pakinta ir jis gana greitai praranda savitvardą; išmokti pasitikėti savimi, būti empatiškam, atidžiam ir dėmesingam kitiems žmonėms; gebėti konstruktyviai spręsti problemas ir būti atspariam gyvenimo sunkumams. Vaiko elgesio ar (ir) emocijų sunkumai trukdo jo asmenybės plėtotei ir saviraiškai, tačiau gali būti sėkmingai išspręsti laiku suteikus būtiną pagalbą.

¹ Neringa Strazdienė – Klaipėdos universiteto Socialinių ir humanitarinių mokslų fakulteto profesorė, socialinių mokslų daktarė
Moksliniai interesai: ikimokyklinis, priešmokyklinis ir pradinis ugdymas, vaikų sveikatos ugdymas, ugdymo(si) aplinkos kūrimas

El. paštas: n.strazdiene@gmail.com
Tel. +370 615 415 95

² Renata Jakovenko – Klaipėdos lopšelio-darželio „Berželis“ direktoriaus pavaduotoja, socialinių mokslų magistrė
Mokslo interesai: ikimokyklinis, vaikų socialinis emocinis, įtraukusis ugdymas

El. paštas: jakrenata1@gmail.com
Tel. +370 675 544 55

Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocijų ugdymo(si) procese ypač svarbūs yra žaidimai (McClelland, Tominey, Schmitt, Duncan, 2017; Ramayenda, 2019; Rauf, Bakar, 2019; Ferreira, Reis-Jorge, Batalha, 2021). Jie suteikia galimybę tyrinėti pasaulį, bendrauti su kitais, reikšti ir kontroliuoti emocijas, ugdyti simbolinius ir problemų sprendimo gebėjimus, mokytis savikontrolės (Bose, Seetso, 2016).

Nors žaidimų terapija dažniausia taikoma kaip psichoterapinis gydymo metodas, specialiai sukurtas siekiant padėti 3–12 metų amžiaus vaikams, kurie negali arba nenori kalbėti apie savo problemas (Drevinskienė, 2016), tačiau pastaruoju metu ji taikoma ir ugdymo(si) procese, kaip pedagoginės pagalbos bei ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinių gebėjimų ugdymo(si) būdas.

Problemos ištirtumas: emocijų sampratą, vaikų emocijas ir jų reikšmę analizavo R. Žukauskienė (2012), V. Legkauskas (2012), C. Grosse, B. Streubel'is, C. Gunzenhauser'is, H. Saalbach'as (2021) ir kt. Mokslininkai (Brandišauskienė, Maslienė, 2014; Juodaitytė, Malinauskienė, Šiaučiulienė, 2015; Brėdikytė, 2017; Jakimavičienė, 2017) pagrindė žaidimų reikšmę vaikystėje. Jų teigimu, pasirinkdami žaidimo taisykles ir numatydami žaidimo prasmę, vaikai mokosi atsakomybės, pareigingumo. Jie susipažįsta su daiktų savybėmis, geriau atkartoja suaugusiųjų vaidmenis, lavina komunikacinius gebėjimus ir mokosi tolerantiškai bendrauti. Mokslininkai (Rye, 2008; Adaškevičienė, Strazdienė, 2013; Nijhof, Vinkers, Geelen ir kt., 2018) pagrindė žaidimų reikšmę vaiko sveikatai, socialinei raidai (Rauf, Bakar, 2019; Ramayenda, 2019).

Vienas pirmųjų Lietuvoje žaidimų terapiją, kaip psichokorekcijos metodą, analizavo D. Dvarionas (2004). Mokslininkai (Kšeminskij, 2019; Senko, Bethany, 2019; Maras, 2021) išryškino žaidimo, kaip esminio vaikų ugdymo/-si būdo, padedant jiems įveikti iškilusius sunkumus, efektyvumą.

Nors žaidimų terapija plačiai analizuojama psichologijoje, kaip psichologinės korekcijos metodas, pasigendama žaidimų terapijos, kaip ikimokyklinio amžiaus vaikų pedagoginės pagalbos ir emocinės sveikatos ugdymo(si) būdo, mokslinių tyrimų.

Keliama žaidimų terapijos taikymo, ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą, mokslinė problema.

Tyrimo objektas: žaidimų terapijos taikymas ugdant vaikų emocinę sveikatą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

Tyrimo tikslas – ištirti žaidimų terapijos taikymo galimybes ugdant vaikų emocinę sveikatą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje.

Tyrimo metodai: mokslinės literatūros ir dokumentų analizė, ugdomasis projektas, vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėjimas, kokybinė duomenų analizė.

1. Tyrimo metodologija

Tyrimo metodai. Tyrimui pasirinkta kokybinio tyrimo strategija: ugdomasis projektas ir vaikų emocijų raiškos bei elgsenos stebėjimas. Ugdomasis projektas – tai asmenų dalyvavimas bendroje veikloje, kai siekiama konkrečių tikslų ir rezultatų (Kardelis, 2016). Tokiame projekte tyrėjas asmeniškai įsitraukia į procesą, siekdamas išsiaiškinti dalyvių požiūrius, ir kuria su jais tarpasmeninius santykius, gali nagrinėti pavienius, individualius atvejus dalyvių natūralioje aplinkoje, spontaniškai ir nestruktūruotai rinkti duomenis, aprašyti juos žodžiais ir vaizdais, o analizuodamas taikyti loginę indukciją.

Ugdomojo projekto dalyviai ir jų charakteristika. Ugdomajame projekte „Žaidimų terapijos taikymo ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymui(si)“ dalyvavo 19 Klaipėdos miesto X lopšelio-darželio ikimokyklinio amžiaus vaikų, kuriems buvo 5–6 metai. Šešiolika vaikų buvo penkiamečiai, trims vaikams buvo neseniai suėję šešeri metai. Ugdomajame projekte dalyvavo 11 berniukų ir 8 mergaitės. Visi vaikai lankė ikimokyklinio ugdymo grupę. Tiriamieji pasirinkti tikslinės atrankos būdu pagal šiuos kriterijus:

- *vaikų amžius* (ikimokyklinio amžiaus vaikai, kurie rengėsi tapti priešmokyklinio ugdymo grupės mokiniais);
- *vaiko emocinių gebėjimų lygmuo* (projekto dalyvių emociniai gebėjimai, remiantis „Ikimokyklinio amžiaus vaikų pasiekimų aprašu“ [2014], vertinti įvairiais lygmenimis);
- *lytis* (projekto dalyviai – mergaitės ir berniukai).

Projekto dalyviams – ikimokyklinukams, laikantis konfidencialumo principo, suteikti koduojami numeriai.

Ugdomojo projekto tikslas – suteikti 5–6 m. amžiaus vaikams žinių apie emocijas ir jų valdymą, padėti jiems ugdytis emocinius gebėjimus, formuoti teigiamas nuostatas emocijų raiškai, plėsti emocinę patirtį palankios įtraukiojo ugdymo(si) aplinkos kontekste.

Ugdomojo projekto programa. Sudaryta remiantis „Ikimokyklinio amžiaus vaikų pasiekimų aprašu“ (2014). 5–6 metų vaikų raida turi atitikti pasiekimų vertinimo srities *emocijų suvokimas ir raiška* 5-ą ir 6-ą žingsnius. Tačiau kai kurių projektui atrinktų dalyvių (5–6 metų vaikų) emociniai gebėjimai pagal šį vertinimo aspektą vertinami kaip silpni. Tad rengiant projekto programą orientuotasi į 4-ą, 5-ą ir 6-ą žingsnius, diferencijuojant ir individualizuojant ugdymąsi, siekiant suteikti šiems vaikams žinių apie emocijas, formuoti įgūdžius, plėsti patirtį. Glausta ugdomojo projekto programos sandara pateikta 1 lentelėje.

1 lentelė. Žaidimų terapijos taikymo ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymui(si) programa (trumpa versija)

Eil. Nr.	Tema	Tikslas
ĮVADINĖ DALIS		
PROJEKTO PRISTATYMAS		
1.	Projekto pristatymas	Pristatyti ugdomąjį projektą, įvardijant jo tikslą, nusakant ypatumus, veiklas ir kt.
PAGRINDINĖ DALIS		
ŽINIŲ APIE EMOCIJAS TEIKIMAS, MOKYMAS(IS) PAVADINTI EMOCIJAS		
2.	Stebuklai ant šviesos stalo	Sukelti vaikams teigiamas emocijas: nuostabą, susižavėjimą ir džiaugsmą. Mokyti pavadinti emocijas, atpažinti jas iš veido išraiškos, elgesio, jausmų
3.	„Draugas į pagalbą“	Emocijų ir jausmų pažinimas. Mokymasis atpažinti šalia esančio draugo emocijas, padėti vienas kitam. Mokyti jausti ir suprasti save, kitus žmones. Suprasti, kas padeda bendrauti, gerai jaustis
MOKYMAS(IS) ATPAŽINTI SAVO IR KITŲ EMOCIJAS, SUPRASTI JŲ SKIRTUMUS		
4.	„Mes – liūtai“	Leisti vaikui išreikšti savo neigiamas emocijas. Mokyti atpažinti kitų emocijas
5.	Muzikinis žaidimas „Muzika ir jos galia“	Atskleisti muzikos poveikio naudą vaiko emocijoms. Emocijų ugdymas menine veikla
MOKYMAS(-IS) REIKŠTI IR VALDYTI SAVO EMOCIJAS, PAŽINTI SAVE		
6.	„Atspėk daiktą“	Mokyti reikšti ir valdyti savo emocijas. Suteikti teigiamų emocijų žaidžiant
7.	„Emocija“	Mokyti valdyti savo emocijas. Diferencijuojant ir individualizuojant ugdymą(si), skatinti vaikus suvokti emocijas per asmeninę patirtį. Mokyti jausti ir suprasti save, kitus žmones. Apmąstyti savo nuotaikas, elgesį, ketinimus. Įvertinti ir kontroliuoti savo mintis, žodžius, poelgius
ASMENINĖS EMOCIJŲ VALDYMO PATIRTIES PLĖTRA		
8.	„Mano namas, mano miestas“	Ugdyti estetinį skonį, diegti meilę grožiui, žadinti saviraiškos ir kūrybos poreikį, mokyti tinkamai elgtis kartu žaidžiant, bendraujant ir bendradarbiaujant
9.	„Pagalvių mūšis“	Skatinti fizinį aktyvumą. Aktyviai dalyvauti komandoje. Mokyti, kaip elgtis esamoje situacijoje ir tinkamai reikšti emocijas
BAIGIAMOJI DALIS		
APIBENDRINIMAS, REFLEKSIJOS		
10.	Projekto apibendrinimas	Sužinoti, kuo naudingas buvo projektas „Žaidimų terapijos taikymas ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymui(si)“, reflektuoti patirtis ir mokymąsi

Ugdomojo projekto vykdymo laikas ir eiga. Ugdomasis projektas vykdytas 2022 m. sausio–vasario mėnesiais. Veiklos vaikams vykdytos ikimokyklinio ugdymo grupės patalpose, sporto ir muzikos salėse.

Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėjimas. Ugdomojo projekto metu vykdyta ikimokyklinio amžiaus vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėseną. 5–6 metų vaikų emocinė raida turi atitikti „Ikimokyklinio amžiaus vaikų pasiekimų aprašo (2014)“ pasiekimų vertinimo srities *emocijų suvokimas ir raiška* 5-ą ir 6-ą žingsnius. Remiantis šiuo dokumentu sudarytas vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėjimo protokolas, kuriame išskirti tam tikri kriterijai (2 lentelė).

2 lentelė. Vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėjimo kriterijai

Eil. Nr.	Stebėsenos kriterijus	Rodiklis
1.	Gebėjimas kontroliuoti ir valdyti savo elgesį bei emocijas užsiimant veikla	Gebėjimas atsakyti į užduotus klausimus. Gebėjimas kontroliuoti savo nepasitenkinimą. Vaiko gebėjimas kilus sunkumų nepasiduoti
2.	Gebėjimas spręsti konfliktus, prisitaikyti prie situacijos žaidžiant žaidimus	Bandymas susitarti, išsiaiškinti. Bendravimas ir bendradarbiavimas. Šalia esančio draugo emocijų atpažinimas. Taisyklių laikymasis
3.	Gebėjimas valdyti emocijas žaidžiant	Jausmų suvaldymas kilus pykčiui. Netinkamo elgesio atskyrimas ir įvardijimas. Supratimas, kaip jaučiasi kitas vaikas
4.	Gebėjimas atpažinti emocijas	Vaikas gali aiškiai išsakyti savo mintis, jausmus. Vaikas geba išsakyti, kaip jis jaučiasi. Atkreipia dėmesį į kitų emocijas
5.	Gebėjimas bendradarbiauti žaidžiant	Vaikas gali laisvai žaisti žaidimus su kitais vaikais. Laisvai bendrauja su kitais vaikais. Gali kartu atlikti tam tikras užduotis užsiimdamas veikla

Tyrimo etika. Dėl ugdomojo projekto ir vaikų veiklos bei elgsenos stebėsenos vykdymo iš anksto tartasi su ugdymo įstaigos vadovais ir gautas leidimas vykdyti tyrimą. Sutikimai gauti ir iš tėvų, jie buvo informuoti apie tyrimo vykdymo eigą, atliekamas veiklas ir kitus ypatumus. Tyrimas atliktas laikantis pedagoginiams tyrimams taikomų principų (Kardelis, 2016): etinių, teisinių, filosofinių, tyrimo eigos.

Kokybinio tyrimo duomenų analizė. Vykdydamas ugdomąjį projektą tyrėjas kūrė tarpasmeninius santykius su vaikais, stebėjo ir analizavo grupinius bei individualius atvejus, rinko ir aprašė tyrimų duomenis žodžiais bei iliustravo nuotraukomis. Vaikų veiklos ir elgsenos stebėsenos duomenys rinkti naudojant parengtą protokolą (3 lentelė), kuris sudarytas laikantis vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėjimo kriterijų (2 lentelė).

2. Tyrimo rezultatai

Vykdamas ugdomąjį projektą daug dėmesio skirta ugdymo(si) aplinkos kūrimui, siekta, kad vaikai galėtų jaukiai jaustis žaidimų aplinkoje, laisvai reikšti savo emocijas, priimti kūrybinius sprendimus, aktyviai veikti, bendrauti ir bendradarbiauti, žaisti su kitais vaikais, mokytusi pažinti save ir savo emocijas, jas kontroliuoti, atpažinti kitų emocijas. Dauguma įgyvendintų veiklų organizuotos renkant komandinį darbą, siekiant gerinti grupės socialinę elgseną formuoti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžiai, kartu įveikti sunkumai, įgyvendintas mokymasis ir dalinimasis asmenine patirtimi.

Pirmojoje projekto veikloje nustatyta, kad 5–6 metų vaikai žinojo, kokios yra emocijos, jas suvokė, galėjo įvardyti ir paaiškinti. Mergaičių emocijų raiška buvo ryškesnė: jos atviriau reiškė emocijas ir buvo pozityvesnės, labiau linkusios atsiverti nei berniukai. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad vaikai negalėjo ir nemokėjo nurodyti priežasčių, kaip jų emocijos, jausmai gali pagerinti ar pabloginti emocinę sveikatą. Vaikams sunkiai sekėsi savo emocijas pavaizduoti popieriaus lape. Kai kurie vaikai buvo irzlūs, pikti, bet pradėjęs dirbti komandoje jų emocijos keitėsi ir jie noriai ėmė kurti „emocijų“ plakatą (1 pav.).



1 pav. „Emocijų“ plakato kūrimo akimirkos

Antroje projekto veikloje vaikai kūrė „stebuklus“ ant šviesos stalo. Ši priemonė tikslingai pasirinkta, siekiant sužadinti įvairias vaikų emocijas. Tyrimas atskleidė, kad veikla su mažai jiems pažįstamomis ir netradicinėmis priemonėmis (šviesos stalas ir smėlis) kėlė įvairių emocijų – džiaugsmo, nerimo, nuostabos raišką. Žaidimas įgalino vaikus bendradarbiaujant priimti bendrus sprendimus, išgirsti šalia esančių draugų nuomonę, kartu įveikti sunkumus, spręsti konfliktines situacijas, nusiraminti, atsikratyti nerimo. Vaikų elgsenos stebėseną atskleidė, kad šis žaidimų terapijos būdas vienas veiksmingiausių, vaikams siekiant įveikti baimes, nerimą, agresyvumą ir hiperaktyvumą.



2 pav. Stebuklai ant šviesos stalo

Vykdamas projekto veiklą „Draugas į pagalbą“ vaikai tikslingai suskirstyti į grupes po du su tais vaikais, su kuriais jie mažiau bendrauja arba nelabai juos pažįsta. Tyrimo rezultatai atskleidė, kad 5–6 metų vaikams dar sunku užmegzti ir palaikyti draugystę, surasti bendrų interesų, žaisti bendrus žaidimus ir sėkmingai spręsti kilusius nesutarimus. Su vaikais diskutuota, kaip palaikyti geranoriškus santykius su visais grupės vaikais. Rezultatai atskleidė, kad terapinėje veikloje diskusijos ir žaidybinės veiklos su vaikais aptarimas bei analizė padeda vaikams suvokti savo elgsenos priežastis ir pasekmes, moko juos būti kantriais, išklausti ir atpažinti draugo emocijas.

Vykdamas ketvirtą projekto veiklą „Mes – liūtai“ vaikams leista atsipalaiduoti, išreikšti savo neigiamas emocijas, ypač pyktį. Pyktis yra normali emocija, tik jis turi būti išreiškiamas socialiai priimtinais būdais. Užslopintas vaiko pyktis gali pakenkti jo sveikatai. Vaikams pasiūlyta pasitelkti savo vaizduotę: ropoti keturiomis ant grindų, garsiai riaumoti, kaip tai daro liūtai, taip išreiškiant savo pyktį ir susierzinimą. Užsiimant šia veikla nustatyta, kad visi tiriamieji jau buvo susipažinę su visomis emocijomis ir veido išraiška, kūno judesiais galėjo parodyti emociją arba ją suvaidinti.

Penkta projekto veikla – muzikinis žaidimas „Muzika ir jos galia“. Žaidimo tikslas – atskleisti muzikos poveikį vaikų emocijoms, menine veikla sukelti įvairias emocijas. Muzikos suvokimą atskleidžia vaiko judesiai, balso intonacija, dėmesio sukaupimas arba nesukaupimas. Vaikai klausėsi dainelių apie paukščius, žvėris, gamtos reiškinius. Kartu bandė išreikšti emocijas ir dainuoti tekstą imituoju judesiais. Judėjo pagal muziką einant, apsisukant, šokant, atliekant įvairius kitus judesius. Tyrimas atskleidė, kad muzika padeda vaikui tapti drausmingesniau, veikia jo vaizduotę, jausmus, emocijas, elgesį. Muzika moko klausytis ir girdėti, skatina aktyvaus pažinimo pastangas, leidžia užmegzti ryšius su bendraamžiais, kartu veikti, bendrauti. Vaikai išmoka pasidžiaugti, atsipalaiduoti, pailsėti (3 pav.).



3 pav. Muzikos galia

Vykdamas šeštą projekto veiklą žaistas žaidimas „Atspėk daiktą“, kurio metu jie mokėsi reikšti ir valdyti savo emocijas. Specialiai pasirinktas žaidimas, kurį žaidžiant nustatyti laimėtojai, tai išryškino laimėtojų ir pralaimėsiųjų emocijas, jų raišką. Tad diskusija su vaikais apie savitvardą ir emocijų raišką tapo kertine šio užsiėmimo dalimi. Pastebėta, nors beveik visi vaikai išmoko atpažinti ir pavadinti pagrindines emocijas, jas valdyti 5–6 metų vaikams dar sunkiai sekėsi. Todėl numatyta į kitas veiklas įtraukti kuo daugiau emocijų valdymo žaidimų.

Kitoje projekto veikloje, kurios tema – „Emocija. Kaip tu pasielgtum, jeigu?..“, vaikai mokėsi suvokti emocijas per asmeninę patirtį. Diferencijuojant ir individualizuojant mokymąsi skatinta jausti ir suprasti save, kitus žmones, apmąstyti savo nuotaikas, elgesį, ketinimus, įvertinti ir kontroliuoti savo mintis, žodžius, poelgius. Pasakotos įvairios situacijos, siekta sužinoti, kaip tu pasielgtumei šioje situacijoje? Pvz., žaidžiant draugas atėmė tavo žaislą – kaip tu pasielgsi? Daugelis minėjo vieną būdą – „pasakysiu mokytojui“; kiti teigė „atimsią žaislą iš paėmusio vaiko“. Keletas vaikų teigė, kad „liūdės ir verks“. Aptartos situacijos, vaikų poelgiai konkrečiais atvejais ir patirtys skatino diskutuoti ir ieškoti problemų sprendimo. Tyrimas atskleidė, kad vaikams svarbu kalbėti apie savo jausmus: liūdesį, džiaugsmą, pyktį, pavydą, jaudulį, kuriuos jie jaučia įvairiose žaidybinėse situacijose. Taip plečiama vaikų gyvenimiška patirtis, gerinama jų jausena.

Aštunta projekto veikla – „Mano namas, mano miestas“. Žaidimo tikslas – kultūringai elgiantis, bendraujant ir bendradarbiaujant kurti svajonių miestą, ugdyti vaikų saviraišką ir kūrybiškumą. Vaikams pasiūlyta iš lego kaladėlių sukurti savo svajonių miestą. Užsiimdami šia veikla jie pasiskirstė vaidmenimis: projektuotojai ir statytojai. Vėliau jais apsikeitė. Vykdamas projektą išryškėjo gebėjimų kaita: vaikai gebėjo tarpusavyje susitarti, išklausti vieni kitų nuomones. Žaidimas vaikams suteikė kūrybinę laisvę: jie galėjo konstruoti, išardyti ir vėl statyti tai, ką įsivaizdavo, eksperimentuoti, klysti, nepaisyti taisyklių ir vėl viską pradėti iš naujo. Taip pajautė kūrybos laisvę, be jokių apribojimų galėjo realizuoti savo sumanymus. Kūrybinis žaidimas žadino teigiamas emocijas, tai sudarė sąlygas vaikams puikiai jaustis (4 pav.).



4 pav. „Mano namas, mano miestas“

Devinta projekto veikla – žaidimas „Pagalvių mūšis“. Žaidimu siekta skatinti vaikų fizinį aktyvumą, žaidžiant komandoje įtvirtinti bendravimo įgūdžius, mokytis susitarti, tinkamai reikšti savo emocijas. Komandiniame žaidime panaudota vaikams neįprasta žaidimo priemonė pagalvės paskatino jų teigiamų emocijų raišką: vaikai klupo, stojosi, bėgiojo ir mėtė, išmoko savo komandoje priimti strateginius sprendimus. Buvo daug juoko ir gerų emocijų. Pasibaigus žaidimui, aptarta jo eiga, vaikų elgsena, emocijų raiška (5 pav.).



5 pav. „Pagalvių mūšis“

Dešimta projekto veikla – ugdomojo projekto apibendrinimas: vyko diskusijos, vaikai reflektavo apie vykusias veiklas, savo žinojimą ir patirtis. Pavyzdžiui, užduotas klausimas, kokias žinai emocijas, gal gali jas įvardyti ir parodyti? Prieš ugdomąjį projektą vaikai pasisakė: „...nežinau, kas tai emocijos, gal kai pyksti...“; „...aš tai nežinau, kas yra emocija...“; „...aš žinau tik geras...“. Po ugdomojo projekto fiksuoti tokie pasisakymai: „Kai supyksti – jos būna blogos...“; „...man nepatinka pykti, nes tai bloga emocija...“; „...kai man liūdna, tada aš blogai jaučiuosi...“ Į klausimą, kodėl tau patinka žaisti žaidimus, prieš ugdomąjį projektą taip atsakyta: „...man patinka visi žaidimai, nes būna linksma juos žaisti...“; „...žaisdamas aš dažniausia susipykstu su draugais, nes nepasidaliname žaislais“. Po ugdomojo projekto fiksuoti pasisakymai: „...man žaisti labai patinka, nes tai įdomu“; „...žaisdamas gali daug ko išmokti...“; „...žaidimas tai – sveikata...“ Paskutinės veiklos metu vaikams pasiūlyta sukurti plakatą – suklijuoti veidukus su emocijomis (6 pav.).



6 pav. Baigiamoji projekto kūrybinė veikla

Vykdamą ugdomąjį projektą vaikai stebėti žaidybinėse veiklose ir situacijose. Daugelis jų emocijų raiškos ir elgsenos stebėsenos aspektų aprašyti, tai atskleista aukščiau pateiktoje ugdomojo projekto turinio ir veiklos analizėje. Vaikų emocijų raiškos ir elgsenos stebėseną fiksuojama laikantis parengtų kriterijų (2 lentelė). Vaikų veiklos ir elgsenos rezultatai pateikti 3 lentelėje.

3 lentelė. 5–6 metų vaikų emocijų raiška ir elgsena ugdomojo projekto pradžioje ir jam pasibaigus

Gebėjimo požymis	Rodiklis	Pasireiškia		Nepasireiškia	
		prieš	po	prieš	po
Gebėjimas kontroliuoti ir valdyti savo elgesį bei emocijas veiklose	Gali atsakyti į užduotus klausimus	11	15	8	4
	Skirtas veiklas atlieka su džiaugsmu	8	14	11	5
	Iškilus sunkumų nepasiduoda	7	15	12	4
Gebėjimas spręsti konfliktus, prisitaikyti prie situacijos žaidžiant žaidimus	Bando susitarti, išsiaiškinti	5	13	14	6
	Moka bendrauti ir bendradarbiauti	12	13	6	6
	Atpažįsta šalia esančio draugo emocijas	8	15	11	4
	Laikosi taisyklių	9	11	10	8
Gebėjimas valdyti emocijas žaidžiant	Suvaldo jausmus kilus pykčiui	10	14	9	5
	Įvardija tinkamą ir netinkamą elgesį	9	18	10	1
	Supranta, kaip jaučiasi kitas vaikas	8	17	11	3
Gebėjimas atpažinti emocijas	Įvardija savo mintis, jausmus	7	14	13	5
	Atkreipia dėmesį kitų emocijas	4	8	15	11
	Išgyvena džiaugsmą	9	17	10	2
	Išgyvena liūdesį	4	2	15	17
	Išgyvena baimę	6	1	13	18
	Jaučia nerimą	7	4	12	15
Gebėjimas bendradarbiauti žaidžiant	Laisvai bendrauja su kitais vaikais	9	18	10	1
	Gali atlikti tam tikras užduotis	8	12	11	7
	Laisvai gali žaisti su kitais vaikai	9	15	10	4

Ugdomojo projekto dalyvių gebėjimas kontroliuoti ir valdyti savo elgesį bei emocijas žaidžiant pakito iš esmės. Žaidybinės veiklos pradžioje vaikai sunkiai galėjo susitvarkyti su iškilusiais sunkumais, atliekant tam tikras užduotis. Ugdomo projekto pabaigoje jie nebepasidavė iškilusiems sunkumams ir užduotis atliko su džiaugsmu. Projekto pradžioje kai kurie vaikai buvo linkę konfliktuoti, nenorėjo atlikti užduočių ir laikytis žaidimo taisyklių. Projektui įpusėjus, jie išmoko spręsti konfliktus, prisitaikyti prie situacijos, bendrauti ir bendradarbiauti. Stebėjimo rezultatai atskleidė, kad dauguma vaikų, kilus pykčiui, išmoko suvaldyti jausmus, įvardyti tinkamą ir netinkamą elgesį, emociją, suprasti, kaip jaučiasi kitas vaikas. Vykdamas projektą didelis dėmesys kreiptas į emocijų pažinimą bei valdymą. Vaikai išmoko laisvai bendrauti su kitais vaikais, kartu žaisti ir susitarti tarpusavyje, atlikti bendras užduotis. Pastebėta, kad susilpnėjo liūdesio, baimės ir nerimo emocijos. Galima teigti, kad žaidimų terapija teigiamai paveikė jų emocinę sveikatą.

Tyrimo atlikimo problemos ir apribojimai. Tyrimo ribotumas pasireiškė tuo, kad ugdomasis projektas ir vaikų emocijų raiškos bei elgsenos stebėjimas vykdyti vienoje Klaipėdos miesto ikimokyklinio ugdymo įstaigoje, todėl tyrimo rezultatų negalima apibendrinti visai generalinei aibei.

Rekomendacijos tolesniems tyrimams. Toliau plėtojant tyrimą būtų tikslinga vykdyti ne tik kokybinį, bet ir kiekybinį tyrimą, siekiant kiekybiškai įvertinti pedagogų patirtis, organizuojant žaidimų terapines veiklas ikimokyklinio amžiaus vaikams, ugdant jų emocinę sveikatą. Siekta daugiau dėmesio skirti tėvų požiūriui į vaikų emocinę sveikatą atskleidimui, jų įsitraukimo ir bendradarbiavimo su pedagogais galimybėms šiuo aspektu tyrinėti.

Tyrimo rezultatų naudojimas praktikoje. Atlikto tyrimo išvados ir rekomendacijos gali pasitarnauti pedagoginėje praktikoje, realizuojant žaidimų terapiją ir ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinę sveikatą. Formuluotina samprata, kad žaidimų terapija galima ne tik kaip psichoterapijos, bet ir kaip pedagoginės pagalbos vaikams bei jų emocinės sveikatos ugdymo(si) būdas. Parengta „Žaidimų terapijos taikymo ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos ugdymui(si)“ programa, nustatyti žaidimų terapijos ypatumai ir taikymo galimybės gali padėti pedagogams realizuoti panašius projektus ugdymo praktikoje.

Išvados

Daugėjant vaikų, turinčių elgsenos ir emocinių problemų, ypač svarbu jau ikimokykliniame amžiuje mokyti atpažinti savo ir šalia esančio draugo emocijas bei jas kontroliuoti. Netikslus emocijų atpažinimas gali paskatinti netinkamą emocijų interpretaciją, tai gali pasireikšti agresyviu elgesiu ir sukelti bendraamžių atstūmimą. Elgsenos ir emocijų sunkumai trukdo vystytis vaiko asmenybei. Žaidimų terapija gali būti taikoma ugdymo(si) procese kaip pedagoginės pagalbos bei ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinių gebėjimų ugdymo(si) būdas, padedantis vaikams suvokti ir tyrinėti pasaulį, reikšti mintis, jausmus, emocijas, tobulinti socialinius įgūdžius, mokytis savikontrolės. Žaidimų terapinis procesas vyksta konkrečioje kultūrinėje situacijoje, kolektyve arba individualiai bendraujant.

Ugdomojo projekto dalyvių gebėjimas kontroliuoti ir valdyti savo elgesį, emocijas žaidžiant pakito iš esmės. Žaidybinės veiklos pradžioje vaikai sunkiai galėjo įveikti kilusius sunkumus atliekant tam tikras užduotis. Projekto pradžioje, kai kurie vaikai buvo linkę konfliktuoti, nenorėjo atlikti užduočių, laikytis žaidimo taisyklių. Išryškėjo individualūs jų skirtumai, emocijų raiška ir patirtys: vieni dažniau jautė baimę, liūdesį, pyktį, kiti – smalsumą, džiaugsmą. Kai kurie vaikai buvo drovūs, nenorintys bendrauti, išsipasakoti, ką jaučia, ir atsiverti. Išryškėjo lyties skirtumai: mergaitės ugdomojo projekto pradžioje geriau suvokė savo jausmus, gebėjo įsivertinti, jos buvo pozityvesnės. Berniukai projekto pradžioje buvo labiau įsitempę ir susikaustę, nelinkę kalbėtis apie savo jausmus. Projekto pabaigoje vaikai išmoko spręsti konfliktus, prisitaikyti prie situacijos, bendrauti ir bendradarbiauti. Stebint išryškėjo tai, kad dauguma vaikų išmoko suvaldyti pykčio jausmą, įvardyti tinkamą ir netinkamą elgesį, emociją; suprasti, kaip skirtingose situacijose jaučiasi kitas vaikas. Pastebėtas vaikų liūdesio, baimės ir nerimo emocijų susilpnėjimas. Galima teigti, kad žaidimų terapija teigiamai veikė vaikų emocinę sveikatą.

Empirinio tyrimo rezultatai leido išryškinti žaidimų terapijos taikymo ypatumus ir galimybes, ugdant vaikų emocinę sveikatą ikimokyklinio ugdymo įstaigoje. Remiantis šiais aspektais suformuluotos rekomen-

dacijos ikimokyklinio ugdymo mokytojams, socialiniams pedagogams: formuotina nuostata, kad žaidimų terapija yra prioritetinė pedagoginės pagalbos ir emocinės sveikatos ugdymo(si) sritis; rekomenduojama kurti žaidimų terapijos aplinką (specializuotos patalpos, netradicinės erdvės ir kt.); vykdant žaidimų terapiją prioritetą teikti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocijų pažinimui, jų raiškai ir valdymui; atsižvelgti į individualius vaikų skirtumus; daugiau dėmesio skirti jų pasitikėjimo savimi ir savivertės stiprinimui; žaidimų terapijoje tikslingai pasirinkti žaidimų rūšis, dažniau rinktis naratyvinius, judriuosius, statybinius, konstrukcinius, vaidmeninius žaidimus.

Literatūra

- Adaškevičienė, E., Strazdienė, N. (2013). *Vaikų sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo ugdymas*. Klaipėda: KU leidykla.
- Bose, K., Seetso, G. (2016). Science and mathematics teaching through local games in preschools of Botswana. *South African Journal of Childhood Education*, 6 (2), 1–6. http://www.scielo.org.za/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-76822016000200004
- Bradišauskienė, A., Maslienė, D. (2014). Žaidimo situacijos apžvalga ikimokyklinio ugdymo institucijose. *Pedagogika*, 3 (115), 190–205. https://www.researchgate.net/publication/271500734_Zaidimo_situacijos_apzvalga_ikimokyklinio_ugdymo_institucijose
- Brėdikytė, M. (2017). *Naratyvinis žaidimas ir mokymasis*. Kaunas: UAB „Vitea Litera“.
- Grosse, G., Streubel, B., Gunzenhauser, C., Saalbach, H. (2021). Let's Talk About Emotions: the Development of Children's Emotion Vocabulary from 4 to 11 Years of Age. *Affective Science*, 2 (2), 150–162. <https://link.springer.com/article/10.1007/s42761-021-00040-2>
- Drevinskienė, A. (2016). *Žaidimų terapija: žaisdamas vaikas sprendžia savo problemas*. <http://www.neuromedicina.lt/zaidimuterapijazaisdamas-vaikas-sprendzia-savo-problemas/> [žiūrėta 2023-02-15].
- Dvarionas, D. (2004). Žaidimo terapija dirbant socialinį darbą su vaikais. *Medicina*, 38 (4), 370. https://www.researchgate.net/publication/330634775_Zaidimo_terapija
- Ežerskienė, R., Tamašauskienė, R. (2020). *Ikimokyklinio ugdymo pedagogų kūrybiškumą lemiančių veiksnių analizė*. Klaipėda: Klaipėdos valstybinė kolegija.
- Ferreira, M., Reis-Jorge, J., Batalha, S. (2021). Social and Emotional Learning in Preschool Education – A Qualitative Study with Preschool Teachers. *International Journal of Emotional Education*, 13 (1), 51–66. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1299260.pdf>
- Hille, K., Evanschitzky, P., Bauer, A. (2015). *3–6 metų vaiko raida. Psichologijos pagrindai ikimokyklinio amžiaus vaikų ugdytojams*. Vilnius: Tyto alba.
- Jakimavičienė, A. (2017). *Žaidimų teorija*. Kaunas: Kauno kolegija.
- Juodaitytė, A., Malinauskienė, D., Šiaučiulienė, R. (2015). Žaidimas kaip vaiko kūrybos ir gyvenimo filosofija. *Pedagogika*, 118 (2), 159–173. <https://doi.org/10.15823/p.2015.012>
- Kardelis, K. (2016). *Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai*. Vilnius: Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras.
- Legkauskas, V. (2012). *Socialinė psichologija*. Vilnius: Vaga.
- Lietuvos Respublikos švietimo įstatymo Nr. I-1489 2, 7, 8, 24, 36, 47 ir 67 straipsnių pakeitimo įstatymas. (2020). Vilnius, 2020-11-10, Nr. XIII-3416. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/d4c5bb0024de11eb8c97e01ffe050e1c>
- Maras, A. (2021). Play therapy in the prevention of behavioural disorders of school-aged children. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools: Current Perspectives*, 11 (1), 37–44. https://www.researchgate.net/publication/353955170_Play_therapy_in_the_prevention_of_behavioural_disorders_of_school-aged_children
- McClelland, M. M., Tominey, S. L., Schmitt, S. A., Duncan, R. (2017). SEL interventions in early childhood. *Future of Children*, 27 (1), 33–47. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1145093.pdf>
- Nijhof, S. L., Vinkers, C. H., Geelen, S. M., Duijff, S. N., Achterberg, E. J. M., Van der Net, J., Veltkamp R. C. et al. (2018). Healthy play, better coping: The importance of play for the development of children in health and disease. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 95, 421–429. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30273634/>
- Priešmokyklinio, pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo bendrosios programos* (2022). Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerija. Vilnius, 2022-08-24, Nr. 17452. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/45f3b02523e311edb36fa1cf41a91fd9?positionInSearchResults=0&searchModelUUID=0930658b-09d3-4617-9b69-3e37720373e6>
- Rauf, A., Bakar, K. (2019) Effects of Play on the Social Development of Preschool Children. *Creative Education*, 10, 2640–2648. <https://www.scirp.org/journal/Paperabs.aspx?PaperID=96654>
- Ramayenda, N. (2019). Social Emotional Development of Early Childhood Through Traditional Games in PAUD Terpadu Hauriyah Halum City of Padang. Proceedings of the International Conference of Early Childhood Education (ICECE 2019). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 449, 13–16. <https://www.>

[researchgate.net/publication/343170936_Social_Emotional_Development_of_Early_Childhood_Through_Traditional_Games_in_PAUD_Terpadu_Hauriyah_Halum_City_of_Padang](https://www.researchgate.net/publication/343170936_Social_Emotional_Development_of_Early_Childhood_Through_Traditional_Games_in_PAUD_Terpadu_Hauriyah_Halum_City_of_Padang)

- Rye, N. (2008). Play therapy as a mental health intervention for children and adolescents. *Journal of Family Health Care*, 18 (1), 17–19. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18494427/>
- Rauf, A., Bakar, K. (2019) Effects of Play on the Social Development of Preschool Children. *Creative Education*, 10, 2640–2648. <https://www.scirp.org/journal/Paperabs.aspx?PaperID=96654>
- Senko, K., Bethany, H. (2019). *Play Therapy: An Illustrative Case*. *Innovations in Clinical Neuroscience*, 16 (5–6), 38–40. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6659989/>
- Žukauskienė, R. (2012). *Raidos psichologija: integruotas požiūris*. Vilnius: Margi raštai.
- Кшеминский, Г. (2019). *Игровая терапия при работе с детьми*. <https://4brain.ru/children-play-therapy> [žiūrėta 2021-01-16].

THE APPLICATION OF GAME THERAPY IN THE DEVELOPMENT OF EMOTIONAL HEALTH IN PRESCHOOL CHILDREN: EDUCATIONAL PROJECT RESULTS

NERINGA STRAZDIENĖ, RENATA JAKOVENKO
Klaipėda University (Lithuania)

Summary

Game therapy has been increasingly applied recently in the educational process, as a pedagogical aid and as a way of developing the emotional skills of preschool children. The scientific question of the application of game therapy in the development of emotional balance in preschool children is raised.

The aim of the study is to investigate the potential of the application of game therapy in the development of children's emotional health in preschool educational institutions.

Research methods: analysis of scientific literature and documents, educational project, observation of children's emotional expression and behaviour, qualitative data analysis.

For the empirical study, a qualitative research strategy was used, such as an educational project and the observation of children's emotional expression and behaviour. A total of 19 preschool children aged five to six years, 11 boys and eight girls, from preschool kindergarten X in Klaipėda, took part in the educational project 'The Application of Game Therapy for the Development of the Emotional Health of Preschool Children'. The subjects were selected by purposive sampling, according to the following criteria: *age of the children; level of the child's emotional abilities; gender*. The project took place in January and February 2022. The project was implemented through a schedule of ten sessions. The educational project monitored the emotional expression and behaviour of preschool children. A protocol for children's emotional expression and behaviour was developed to record the data. The data were analysed using qualitative research data analysis.

At the beginning of the project, some children were prone to conflict, reluctant to do the tasks and to follow the rules of the game. Individual differences in children's expression and experience of emotions emerged: some felt more fear, sadness or anger; others more curiosity or joy. Gender differences emerged: at the beginning of the educational project, girls were more aware of their feelings and their state of mind, they were able to evaluate themselves, and they were more positive. The boys were more tense and constrained at the beginning of the project, and reluctant to talk about their feelings.

Mid-way through the project, the children learned to resolve conflicts, adapt to the situation, communicate, and cooperate. Observations showed that during a time of anger, most children learned to control their feelings, identify appropriate and inappropriate behaviour and emotions in different situations, and understand how the other child was feeling. Children's feelings of sadness, fear and anxiety were seen to weaken.

Challenges and limitations of the study. The limitation of the study was that the educational project and the observation of children's emotional expression and behaviour were carried out in one preschool institution in Klaipėda, so the results of the study cannot be applied to the whole general set.

KEY WORDS: *game therapy, preschool children, emotional health, educational project.*

JEL CODES: I12, I21; I31.

Gauta: 2023-04-03

Priimta: 2023-04-18

Pasirašyta spaudai: 2023-05-12