СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.922.76-056.34:615.85
DOI https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.3.44

Яновська Т. А.
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Полтавського національного педагогічного університету
імені В. Г. Короленка
ORCID: 0000-0002-7144-689X

Гончарова Н. О.
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Полтавського національного педагогічного університету
імені В. Г. Короленка
ORCID: 0000-0002-7747-2589

Харченко А. С.
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології
Полтавського національного педагогічного університету
імені В. Г. Короленка
ORCID: 0000-0002-7048-4966

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ЇЇ ПСИХОКОРЕКЦІЯ МЕТОДОМ ІПОТЕРАПІЇ

CHARACTERISTICS OF THE EMOTIONAL SPHERE OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN WITH MENTAL DEVELOPMENT DELAY AND ITS PSYCHO-CORRECTION USING HIPPOTHERAPY

Дана стаття присвячена теоретичному і практичному дослідженню особливостей емоційної сфери молодших школярів із затримкою психічного розвитку та її подальшої психокорекції методом іпотерапії. Характеризуються психологічні особливості емоційної сфери особистості: емоційні тон, стани й емоційні властивості особистості, акцентуйована виразність яких дозволяє говорити про емоційні типи особистості, емоційно стійкі відносини (почуття). Розглянуто особливості емоційної сфери у молодшому шкільному віці: прийняття і усвідомлення своєї внутрішньої позиції; зміна провідної психічної саморегуляції від мимовільної до свідомо-вольової; формування довільності психічних процесів, самооцінки, рефлексії; швидка реакція на події; безпосередність, відвертість вираження своїх переживань; очікування афективного страху; значна емоційна нестійкість зміна настрою, схильність до короткочасних і бурхливих афектів. Звернута увага на різновиди психоемоційних порушень у дітей із ЗПР: ступінь прояву реакції у дитини, її тривалість і характер можливих причин, що викликали афективну поведінку учнів. Проаналізовано метод іпотерапії, який використовується як психотерапевтична методика, що сприяє формуванню комунікативних і соціально-психологічних характеристик, поліпшенню рухових функцій і моторики, оптимізації емоційної сфери.

Аналізуються методичні основи емпіричного дослідження особливостей емоційної сфери молодших школярів із затримкою психічного розвитку: діагностика переважаючих емоційних станів, визначення тривожності та виявлення прояву страхів молодших школярів із ЗПР. Дані методики відповідають специфіці досліджуваного явища, дозволяють розкрити різні аспекти дослідження особливостей емоційної сфери молодших школярів із затримкою психічного розвитку.

Проаналізовано організацію та результати діагностики констатуючого експерименту; відібрана група учнів з достатньо високими і високими показниками тривожності та емоційних станів; розроблена і впроваджена у терапевтичний процес програма іпотерапії для зниження цих показників; проведено формуючий експеримент, отримані результати якого були порівняні з результатами констатуючого експерименту.

Ключові слова: молодші школярі, психічний розвиток, затримка психічного розвитку, молодші школярі із затримкою психічного розвитку, емоційна сфера, психокорекція емоційної сфери, метод іпотерапії.

This article is devoted to a theoretical and practical study of the characteristics of the emotional sphere of primary school children with delayed mental development (DMD) and its subsequent psycho-correction using hippotherapy.

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

The article characterizes the psychological features of the emotional sphere of personality: emotional tone, states, and emotional traits, the accented manifestation of which allows us to speak of emotional personality types and emotionally stable relationships (feelings). The features of the emotional sphere in primary school age are considered: acceptance and awareness of one's internal position; a shift in the leading psychological self-regulation from involuntary to conscious-volitional; the formation of the arbitrariness of psychological processes, self-esteem, and reflection; rapid response to events; spontaneity and openness in expressing one's experiences; expectation of affective fear; significant emotional instability, mood swings, and a tendency toward brief and intense affects. Attention is drawn to the types of psycho-emotional disorders in children with DMD: the degree of the child's reaction, its duration, and the nature of potential causes that triggered the students' affective behavior. The method of hippotherapy is analyzed as a psychotherapeutic technique that promotes the development of communicative and socio-psychological traits, improves motor functions and fine/gross motor skills, and optimizes the emotional sphere.

The methodological foundations of an empirical study on the characteristics of the emotional sphere of primary school children with delayed mental development are analyzed: diagnostics of prevailing emotional states, determination of anxiety levels, and identification of fear manifestations in primary school children with DMD. These techniques correspond to the specifics of the phenomenon under study and allow for revealing various aspects of the investigation into the emotional sphere of primary school children with delayed mental development.

The organization and diagnostic results of the formative stage (baseline study) are analyzed; a group of students with moderately high and high levels of anxiety and negative emotional states was selected; a hippotherapy program was developed and implemented into the therapeutic process to reduce these indicators; a formative experiment was conducted, and the obtained results were compared with the baseline diagnostic data.

Key words: primary school children, mental development, delayed mental development, primary school children with delayed mental development, emotional sphere, psycho-correction of the emotional sphere, hippotherapy method.

Постановка проблеми. Прогресивні зрушення в системі освіти України зумовлюють нові підвищені вимоги до розкриття особистісного потенціалу кожної дитини, її суб'єктних можливостей ефективно регулювати власну діяльність, зокрема, в період дитинства. Особистісне становлення дитини визначається її емоційним благополуччям. Однак, серед типових дитячих емоцій часто істотне місце мають як позитивні, так й негативні емоції, що згубно впливають на загальний психічний настрій та діяльність дитини. Переживання негативних психічних станів є серйозною перешкодою для гармонійного розвитку, заважає повноцінній соціалізації та призводить до невротизації дитини. Психологічні дослідження свідчать, що в оволодінні дитиною емоційною регуляцією фокусуються основні досягнення її психічного розвитку. Тому його порушення не може не позначитися на формуванні емоційної сфери, вивчення особливостей якої становить теоретичний та практичний інтерес.

Особливості емоційної сфери молодших школярів із ЗПР, причини утруднень, що виникають у них під час виконання діяльності, визначення шляхів формування емоційної сфери у процесі спеціально організованої навчальної діяльності потребують подальшого вивчення, оскільки в наукових дослідженнях у галузі спеціальної психології, корекційної педагогіки вивчення дітей із затримкою психічного розвитку головним чином зосереджувалося на з'ясуванні особливостей їхніх психічних процесів, і тільки почасти – окремих аспектів емоційної сфери.

Таким чином, проблема вивчення чинників розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку потребує подальшого вивчення та уточнення, збагачення методичних доробок вивчення деструкції емоційних станів та їх психологічної корекції інноваційними технологіями, зокрема методом іпотерапії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній українській психологічній науці такі напрями дослідження, як емоційна регуляція та системна організація емоцій, емоційний інтелект та психофізіологія емоційних станів, суб'єктність, самосвідомість і культура емоцій, вивчали О. Чебикін, Т. Кириленко, Е. Носенко, І. Аршава, С. Дерев'янко, І. Булах, М. Боришевський, В. Семиченко, В. Татенко [1, с. 46]. Особливості вікових криз та емоційно-вольової готовності дитини до систематичного навчання, новоутворення молодшого шкільного віку досліджували О. Скрипченко, Д. Ельконін, Г. Костюк [2, с. 89; 5, с. 2831]. Емоційну регуляцію та емоційний інтелект молодших школярів вивчали О. Ковальова, К. Андросович, М. Мельник [2, с. 91; 6, с. 1608].

Розвиток емоційної сфери, емоційної регуляції, соціалізації та особливості психокорекції дітей із ЗПР; дослідження проблем психологічного супроводу, емоційного розвитку, адаптації та інклюзії дітей із порушеннями психофізичного розвитку; вивчення медико-психологічних та нейропсихологічних аспектів емоційних розладів, афективної лабільності та корекції емоційних станів при ЗПР розкриті у працях В. Синьова, Є. Клопоти, О. Гаврилової, А. Чуприкова, О. Соловйової [2, с. 94]. Психолого-педагогічні та методичні напрями (корекція, розвиток, арт-технології) досліджували і впроваджували у життєвий процес дитини Р. Павлюк, Л. Пічко, О. Реброва, О. Вознесенська [3, с. 115; 4, с. 682].

Мета статті полягає у теоретичному вивченні та емпіричному дослідженні емоційної сфери молодших школярів із затримкою психічного розвитку та її психокорекції методом іпотерапії.

Виклад основного матеріалу. Дослідження емоційної сфери молодших школярів із затримкою психічного розвитку здійснювалось на основі положення про те, що притаманні їм емоційні стани та переживання (включаючи деструктивні) є типовими для картини психологічного розвитку дитини із ЗПР. У дослідженні взяли участь 90 учнів початкових класів віком 7–10 років. Розглянемо результати емпіричного дослідження особливостей переважаючих емоційних станів молодших школярів, отриманих за

допомогою методики діагностики емоційного стану дитини (за А. Прохоровим).

Як свідчать дані, 62% досліджуваних дітей із ЗПР переживають позитивні емоційні стани. Їм властива радість та відчуття позитивних емоцій. Це відображає загальний позитивний емоційний розвиток дітей, що сприятливо для їх навчання та опанування соціального шкільного досвіду.

Більшість молодших школярів (82%) схильні проявляти доброзичливість, орієнтовані на дружні стосунки й прагнуть до встановлення емоційних контактів з оточуючими. Такі емоційні переживання відображають наявність позитивного комунікативного досвіду взаємодії з однолітками та дорослими. При цьому, 74% дітей схильні до фантазування, створення ілюзорних образів та перебігу подій, що є варіантом ілюзорного компенсування у дитини із ЗПР. Це може виступати компенсаторним механізмом, який спрямований на зменшення психологічної напруги дитини від неможливості досягти бажаних результатів у певній діяльності чи стосунках.

Також, 65% дітей властива виражена активність, орієнтованість на діяльність та підвищений психоемоційний тонус під час виконання навчальних завдань (при цьому втомленість виражена лише у 21% молодших школярів). Окрім цього, діти схильні до неуважності (43%), що свідчить про недостатній рівень сформованості довільності, як основного особистісного новоутворення молодшого шкільного віку. Проте, такі показники не є критичними, адже довільність формується саме у навчальній діяльності та під час адаптації дитини до нового режиму життя у школі, а її низький рівень – тенденція, що часто зустрічається в емпіричних дослідженнях. Також, молодші школярі схильні до вираженої щирості (27%), поваги та співчуття (33%; 27%). Серед досліджуваних дітей 38% не відчувають радості, переживають негативні емоції, які вони по-різному пояснюють. Лише 18% дітей не проявили вираженої схильності до доброзичливості. Отже, у школярів переважно вираженими є такі властиві позитивні емоційні стани, як радість, доброзичливість та активність. Також, значній частині дітей притаманні фантазування та схильність до неуважності.

Розглянемо результати дослідження тривожності молодших школярів із ЗПР, отримані за методикою визначення тривожності дитини (за Н. Максимовою, К. Мілютіною). Для 51% молодших школярів із ЗПР не властива вираженість тривожності. Їх емоційна сфера характеризується позитивним емоційним налаштуванням та позитивною модальністю емоційних переживань. Вони не відчувають негативних емоцій через ймовірність несприятливого розвитку подій. Такі діти мають позитивний комунікативний досвід взаємодії з оточуючими, охоче відвідують школу та налаштовані на контакти.

При цьому, 22% учнів початкових класів із ЗПР схильні до середнього рівня тривожності – їм притаманна ситуативна тривожність. В одних ситуаціях, які стосуються окремих сфер життя, вони схильні до негативних переживань, в інших – відчувають позитивні емоції. Також, 27% школярів мають виражену тривожність, яку переживають у ситуаціях, де мали або мають негативний комунікативний досвід. Їх життєве налаштування часто проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги в ситуаціях, які загрожують неприємностями, невдачами, фрустрацією.

Розглянемо вираженість факторів, які детермінують прояви тривожності молодших школярів у різних життєвих ситуаціях. Найбільше прояви тривожності молодших школярів із ЗПР детермінуються навчальними ситуаціями (57%), негативними комунікативними ситуаціями (44%) та взаємодією зі старшими дітьми (48%). Меншою мірою прояви тривожності детермінуються домашнім оточенням й відпочинком (по 12%), необхідністю виконувати фізичні вправи (21%). Тобто, тривожність молодших школярів із затримкою психічного розвитку переважно детермінується складністю навчання для них, негативним комунікативним досвідом. При цьому, учні із ЗПР менше тривожаться вдома, у стосунках з батьками, не мають порушень сну та відпочинку, позитивно ставляться до фізичних вправ, що відповідає їх схильності до активного проведення часу й бадьорості, визначених за попередньою методикою.

Розглянемо результати дослідження вираженості страхів молодших школярів із ЗПР, отримані за методикою виявлення страхів та тривожності дитини (за Є. Роговою). Досліджуваним найбільш властиві страхи лікарів (64%) та соціально опосередковані страхи (44%). Також, молодші школярі відчувають страх у ситуаціях спілкування, що позитивно корелює із даними попередньої методики (визначена тривожність у спілкуванні з оточуючими). Це свідчить про наявність ситуацій негативного комунікативного досвіду, особливо тих, що стосуються покарання (25%). У 21% осіб представлені страхи фізичного ушкодження, смерті (12%), тварин та казкових персонажів (24%), кошмарних снів і темряви, просторові страхи (по 33%). Наявність незначного відсотку таких страхів відповідає нормі, оскільки страхи темряви, фізичних ушкоджень та висоти часто зустрічаються у дітей та можуть ґрунтуватися на ситуативному негативному досвіді.

Щоб покращити результати дослідження молодших школярів із затримкою психічного розвитку, які отримали достатньо високі чи високі показники переважаючих негативних станів, тривожності та страхів, для їх зниження була впроваджена програма методу іпотерапії. Її вважають формою лікувальної фізичної культури, де як інструмент реабілітації виступає кінь. У світовій реабілітаційній практиці лікувальна верхова їзда розглядається як багатофункціональний метод реабілітації, що дозволяє враховувати психологічний і фізіологічний статуси людини. Цей метод чинить комплексний позитивний вплив на фізичний статус та психоемоційний стан пацієнта, сприяє максимальній мобілізації вольової діяльності й соціалізації. Метод іпотерапії складався з занять, які проводилися 1 раз на тиждень упродовж 15-20 хв. (протягом 4 місяців). Незважаючи на те, що заняття відбувалися

в індивідуальній формі, всі діти були присутніми на заняттях і спостерігали за тим, що на них відбувалося. Зверталася увага на ритмічні коливання під час ходи коня, які передавали дитині рухові імпульси, що імітують біомеханіку людської ходьби. Це стимулює вестибулярний апарат, знижує рівень кортизолу та сприяє виділенню окситоцину й ендорфінів через безпосередній контакт із теплою поверхнею тварини. Кінь надзвичайно чутливий до мікровиразів, частоти дихання, м'язового тонусу та серцевого ритму людини. Він миттєво реагує на приховану тривогу чи агресію, виконуючи роль «живого дзеркала» для неусвідомлюваних емоцій. Цей метод навчає контролю власного афекту: щоб керувати великою твариною або просто заспокоїти її, людина змушена першочергово опанувати свій внутрішній стан.

На початкових заняттях не всі діти мали бажання спілкуватися з конем, виконувати необхідні вправи: боялися коня, під час пристосування до нових умов відчували дискомфорт, негативні емоції, аутострес, і лише після того, як вони подолали труднощі й страх, вони змогли відчути позитивні емоції від виконання цієї діяльності. Головною особливістю іпотерапії є присутність емоційного фактору, можливість встановлювати адекватні соціальні відносини з навколишнім світом, навчитися довіряти партнеру, бажання емоційного контакту з твариною, що покращує загальний рівень соціалізації дітей із ЗПР.

В програмі брали участь молодші школярі, які отримали підвищенні показники переважаючих негативних станів, тривожності та страхів. Був проведений формувальний експеримент для підтвердження чи спростування ефективності впровадження іпотерапії для їх подолання у школярів початкових класів із затримкою психічного розвитку. За результатами методики діагностики емоційного стану дитини за А. Прохоровим виявлено, що після участі в програмі у 67% дітей із ЗПР, яким на початку дослідження були властиві негативні емоційні стани, тепер спостерігалися позитивні емоції. Це вказує на покращення загальної позитивної емоційної сфери цих учнів, що матиме сприятливий вплив на їх навчальну діяльність та формування соціального шкільного досвіду. Після спілкування із конями виявлено, що 72% молодших школярів схильні до прояву доброзичливості, прагнуть до встановлення дружніх стосунків й позитивних емоційних контактів з оточуючими. Також, у 67% учнів спостерігається вираженість активної діяльності та підвищеного психоемоційного тонусу під час виконання навчальних завдань. Окрім цього, зменшилася кількість дітей (26%), які мали проблеми з неуважністю, що говорить про поліпшення рівня сформованості довільності, як основного особистісного новоутворення молодшого шкільного віку. Отже, у школярів, що брали участь в програмі, тепер також переважно вираженими є такі властиві позитивні емоційні стани, як радість, доброзичливість та активність.

За результатами методики визначення тривожності дитини (за Н. Максимовою, К. Мілютіною) виявлено, що 63% дітей із ЗПР, які брали участь в програмі, вже не є властивою вираженість тривожності. Оновлені дані свідчать, що вони позитивно емоційно налаштовані на навколишнє середовище та їм властива позитивна модальність емоційних переживань. У них зменшилося відчуття негативних емоцій та формується позитивний комунікативний досвід взаємодії з оточуючими. Зменшилася кількість школярів (23%) з вираженою тривожністю, які хвилюються у ситуаціях, де отримали негативний комунікативний досвід. Їх життєве налаштування тепер менше проявляється у схильності до надмірного хвилювання, стану тривоги в ситуаціях, які загрожують неприємними діями й результатами.

Розглянемо зміни у вираженості факторів, які детермінують прояви тривожності молодших школярів у різних життєвих ситуаціях. Спостерігається різниця у проявах тривожності молодших школярів із ЗПР, що обумовлюються навчальними ситуаціями (48%), негативними комунікативними ситуаціями (32%) та взаємодією зі старшими дітьми (42%). Зменшилися прояви тривожності, що визначаються домашнім оточенням (10%) й відпочинком (по 11%), необхідністю виконувати фізичні вправи (19%). Тобто, у визначенні показників тривожності учнів із затримкою психічного розвитку зменшилася її залежність від складності навчання й негативного комунікативного досвіду. Скоротилася кількість учнів із ЗПР, що брали участь у програмі, які тривожаться вдома та у стосунках з батьками, негативно ставляться до фізичних вправ, підкреслюється їх схильність до активного проведення часу.

За результатами методики виявлення страхів та тривожності дитини (за Є. Роговою) поменшало респондентів, якім найбільше властиві страхи лікарів (56%) та соціально опосередковані страхи (39%). Відзначається, що молодші школярі вже менше відчувають страх у ситуаціях спілкування, а це говорить про зменшення у їхньому житті наявних ситуацій негативного комунікативного досвіду, особливо тих, що стосуються покарання (18%). Звернута увага, що продемонстрований спад кількості осіб, у яких представлені страхи фізичного ушкодження (17%), смерті (10%), тварин та казкових персонажів (19%), кошмарних снів і темряви (26%), просторові страхи (по 29%).

Таким чином, іпотерапія довела свою ефективність як дієвий психокорекційний інструмент, що знижує вразливість особистості до накопичення тривожних, негативних станів та емоцій.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, проведене дослідження підтверджує, що метод іпотерапії є потужним психокорекційним чинником у гармонізації та регуляції емоційної сфери молодших школярів із затримкою психічного розвитку. Характерні для цієї категорії дітей особливості – значна емоційна лабільність, схильність до афективних реакцій, імпульсивність та підвищений рівень тривожності – потребують пошуку ефективних, екологічних та комплексних інструментів впливу. Результати констатуючого етапу експерименту виявили високу вразливість емоційної сфери

дітей: більшість молодших школярів із ЗПР демонстрували помірно високий та високий рівні тривожності, нестійкий емоційний тон та переважання негативних емоційних станів і страхів. На основі отриманих даних було впроваджено в терапевтичний процес спеціальну програму іпотерапії, спрямовану на оптимізацію емоційного стану, розвиток довільності психологічних процесів та зниження рівня тривожності у дітей. Проведений формуючий експеримент довів високу психокорекційну та адаптаційну ефективність іпотерапевтичного впливу. Завдяки сесіям взаємодії з конем, що забезпечили поєднання фізичної активації, рухової гармонізації (розвиток дрібної та великої моторики) та сенсорно-емоційного заземлення, діагностичні показники респондентів зазнали якісних позитивних змін. За результатами повторного обстеження у групі школярів спостерігалося суттєве зменшення проявів афективних страхів та відношення тривожності до високого рівня; натомість зросла частка дітей із нормалізованим емоційним тоном, покращеними комунікативно-соціальними якостями та сформованими первинними навичками саморегуляції. Таким чином, якщо для дітей з нормотиповим розвитком емоційна саморегуляція поступово стає природним процесом, то для молодших школярів із ЗПР іпотерапія є дієвим, комплексним та швидкодіючим психотерапевтичним інструментом оперативного зниження тривожності, подолання негативних емоційних станів та загальної гармонізації особистісного розвитку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Гаврилюк О. В., Кузнєцова О. С. Особливості формування емоційної саморегуляції у дітей з особливими освітніми потребами. Актуальні питання корекційної освіти. 2021. № 17. С. 45-56. https://doi.org/10.32626/2413-2578.2021-17.45-56

2. Омельченко І. М. Корекція емоційно-вольових порушень у дітей із затримкою психічного розвитку в умовах інклюзивного середовища. Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи. 2022. № 2(8). С. 88-97. https://doi.org/10.31499/2706-9052.2.2022.268102

3. Ткаченко О. М. Застосування методів каністерапії та іпотерапії для зниження рівня тривожності та нормалізації емоційного стану дітей. *Науковий* часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. 2023. № 43. С. 112-121. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series19.2023.43.15

4. Borgi, M., Cirulli, F., & Galardi, M. (2021). Equine-assisted interventions for children with developmental disorders: Emotional and motor self-regulation benefits. Frontiers in Psychology, 12, 680-692. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.680002

5. McDaniel Peters, B., & Wood, W. (2021). Equine-assisted activities and therapies for children with special educational needs: A systematic review of emotional and behavioral outcomes. Journal of Autism and Developmental Disorders, 51(8), 2830-2845. https://doi.org/10.1007/s10803-020-04749-8

6. Rigby, B. R., & Grandjean, P. W. (2021). The efficacy of equine-assisted activities and therapies for individuals with intellectual and developmental disabilities: A systematic review. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 102(8), 1601-1614. https://doi.org/10.1016/j.apmr.2020.12.023

Дата першого надходження статті до видання: 12.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 17.11.2026