

Подкоритова Л. О., Макарова А. Д.
Хмельницький національний університет

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ПІДЛІТКІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ПРОЄКТИВНИХ МЕТОДИК

Діагностика є невід'ємною частиною психологічної роботи. Для дослідження емоційної сфери у підлітків, з'ясування причин можливих відхилень можна використовувати такі методи: спостереження, бесіду і анкетування, проєктивні методики, тестові методики тощо. У нашому дослідженні ми використали проєктивні методики як такі, що є цікавими, інформативними і дають комплексне уявлення про особистість досліджуваного в цілому і про його емоційну сферу зокрема. Окрім того, завдяки постмалюнковому інтерв'ю можна додатково визначити деякі емоційні особливості досліджених підлітків та особливості їхнього здоров'я. Окремі ознаки малюнків (насиченість кольорів, сила натиску тощо) дають уявлення і про загальний енергетичний стан здоров'я дитини. Зокрема нами були використані такі проєктивні методики: «Неіснуюча тварина», «Людина під дощем», «Кактус». При цьому дослідження було здійснено у герменевтичному підході: ми приділяли увагу детальній індивідуальній інтерпретації малюнків і не ставили за мету визначення статистичних закономірностей.

Під час інтерпретації враховувалися використані підлітками кольори, загальний почерк малювання. На основі аналізу, були запропоновані індивідуальні рекомендації підліткам.

Розглянемо приклади деяких малюнків і запропоновані рекомендації.



Рисунок 1 – Малюнок неіснуючої тварини «Бучик», дівчина, 17 років

Аналіз малюнку досліджуваної дівчини 17 років (рисунок 1). *Розміщення малюнку.* Посередині та на весь листок. Використані яскраві кольори, які привертають увагу, малюнок здається, з одного боку, тендітним і чутливим, а з іншого – активним і бунтівним, що, зокрема підкреслює назва малюнку. Висока енергія. Тварина незагрозлива. Використані такі основні кольори: фіолетовий, зелений, синій, трохи помаранчевого. *Фіолетовий* – глибокий і красивий, пов'язаний із духовністю, інтуїцією, творчістю і інтелектуальними здібностями людини. Це таємничий, містичний і загадковий колір. У фіолетовому поєднуються два колірних «начала» – синій і червоний. Тому він включає в себе спокій і буйність одночасно. Що дуже яскраво підкреслює сам образ неіснуючої тварини. Колір поєднує протилежності: незалежність і підлеглість, силу і слабкість, мудрість і наївність, земне і божественне. *Зелений* – колір самої природи, яка постійно змінюється і оновлюється. У спектрі зелений розміщується між теплими і холодними кольорами. Колір рівноваги і гармонії, стабільності і цілісності. Він викликає почуття умиротворення, спокою і надії, допомагає розв'язати негативні емоції. *Синій* – другий колір із холодного спектру. Він допомагає набутти внутрішнього спокою, стимулює творчість, віру і вірність. Як колір душевного спокою, він пов'язаний із самоаналізом і самозаглибленням; символізує силу розуму, мудрість і ясність думок. *Помаранчевий* – теплий і активний колір, що часто асоціюється з сонцем, вогнем, радістю й експресивністю. Цей колір допомагає людині відчути себе більш розкутою і вільною;

налаштовує на оптимізм, відкритість і спілкування; допомагає досягти емоційної рівноваги, довіри до світу і почуття єднання з ним.

Рисунок розміщений по середній лінії стандартного аркуша. На голові неіснуючої тварини розміщені деталі, що відповідають органам чуття: вуха, рот, очі. Очам надається особливе значення. Це символ страху, що притаманний людині. Це значення особливо підкреслюється різким виділенням райдужки. Є додатково антенки на голівці, що може свідчити про цікавість до нового. Значення деталі «вуха» – зацікавленість в інформації, значущість для досліджуваної думки оточення. Присутня часткова легковажність, поверховність міркувань і деяка невпевненість у собі – у тваринки тоненькі ніжки та немає лінії землі. Лапки, заокруглені, але трохи проявляються гострі кути у серединці, можливо як захисний механізм або пасивна агресія, внутрішнє роздратування. Особливо слід звернути увагу на хвост, які складаються з декількох ланок, що інколи повторюються, особливо пишні, довгі, розгалужені. Поворот хвоста вправо – нестабільність у настрої; ймовірна агресія, активність, енергія.

Висновки і рекомендації. У цілому, в досліджуваної досить розвинута емоційна сфера, дівчина життєрадісна, енергійна. Її емоції досить мінливі: дівчина може проявляти як спокій, так і активність, позитивізм та агресивність. Водночас виявлені ознаки тривоги, страху, стримуваного роздратування, що може негативно впливати на здоров'я дівчинки. Досліджуваній можна порекомендувати відігравати свої емоції у театральних гуртках, записувати свої емоції та аналізувати їх. У подальшому це може впливати позитивно на її здоров'я, зокрема психічне, оскільки конструктивне відреагування власних емоцій і їх розуміння сприятиме кращому розумінню себе.



Рисунок 2 – Малюнок «Людина під дощем» досліджуваної дівчини, 15 років

Аналіз малюнку (рисунок 2) «Людина під дощем» досліджуваної дівчини-підлітка 15 років. *Загальне враження від малюнку:* атмосфера зображеного пейзажу є простою, мало використані кольорові олівці на першому малюнку і досить багато – на другому малюнку (парасолька), відчувається активна зміна при несприятливих ситуаціях, настрої персонажа є оптимістичний на обох зображеннях.

У порівнянні двох зображень можна побачити появу парасольки, крапель дощу і того, що персонаж почав крокувати. Також зменшилася фігурка на другому малюнку, що може характеризувати як зменшену стресостійкість і, можливо, занижену самооцінку у несприятливих ситуаціях.

Зображення, зміщене вниз аркуша, може свідчити про наявність депресивних тенденцій, почуття незахищеності. Малюнок розташовується здебільшого в нижній частині аркуша, що може бути витлумачено як низька самооцінка, невпевненість у собі, пригніченість, нерішучість, страхи, пов'язані із самоперед'явленням, незацікавленість у своєму становищі в суспільстві. Малюнок розташований більше в лівій частині – досліджувана спирається на минулий досвід, схильна до самоаналізу, нерішуча в діях, пасивна. *Трансформація фігури.* Зменшення фігури, коли досліджувана потребує захисту і заступництва, прагне перенести відповідальність за власне життя на інших. Крокуюча людина означає гарну адаптацію. Якщо людина на малюнку стоїть нестійко, це

може означати напругу, відсутність стрижня, рівноваги, що присутнє на другому малюнку. *Парасолька* – це символічне зображення психічного захисту від неприємних зовнішніх впливів. Парасолька може розглядатися і як відображення зв'язку з матір'ю і батьком, які символічно представлені в образі парасольки: купол – материнське начало, а ручка – батьківське. Величезна парасолька-гриб може свідчити про сильну залежність від матері, яка вирішує всі складні ситуації за досліджувану. *Дощ* – перешкода, небажаний вплив, що спонукає людину закритися, сховатися. Характер його зображення пов'язаний із тим, як людина сприймає важку ситуацію: рідкісні краплі – як тимчасова перепона. Відсутність хмар можна витлумачити, як відсутність очікування неприємностей. Відсутні й калюжі, які б означали наслідки тривожного стану, переживання, які залишаються після «дощу», або невирішені проблеми. Але їх немає, і можна зазначити що досліджувана швидко адаптується, проживає важкі періоди без осуду та інших наслідків. Відсутні додаткові деталі.

Висновки і рекомендації. Після інтерпретації результатів малюнку «Людина під дощем» можна узагальнити, що досліджувана має страхи, тривогу, депресивні відчуття, знижену самооцінку, невпевненість і нерішучість у несприятливих ситуаціях, але здатна швидко проходити перешкоди й адаптуватися. Важливе місце займає парасолька, а саме купол. Мати може допомагати виходити дівчинці зі складних ситуацій, а може, навіть і вирішувати ситуації за неї, що може означати залежність від матері. Для досліджуваної корисно почати брати відповідальність у складних ситуаціях на себе, намагатися вирішити їх самостійно, від матері буде хорошою стимуляцією словесна підтримка. Також можна користуватися щоденником емоцій для більш якісної та довготривалої роботи над власним емоційним станом. У плані здоров'я варто звернути увагу на енергетичний потенціал і розвиток імунітету.



Рисунок 3 – Малюнок дівчинки-підлітка (17 років) за методикою «Кактус»

Аналіз малюнку «Кактус» досліджуваної дівчинки 17 років (рисунок 3). На перше враження цей кактус не викликає агресії, а більше милість та іграшковість, навіть самі колочки, виглядають як м'яка шерсть – ніби цей кактус можна взяти в руку, і не буде дискомфорту. Використані кольори, приємні для ока. Досліджувана пояснила, що до цих колочок можна торкатися, за кактусом доглядають, поливають, милуються ним, пересаджують, коли він виростає, у більший горщик. «Кактус росте сам, тому що йому так добре і він повноцінний у цьому горщику, йому там комфортно». Досліджувана була спокійна, впевнена в собі, активна при обговоренні процесу. Дівчина любить проявляти себе, комунікабельна. Разом із тим, згідно тесту, велика кількість голочок є ознакою агресивності. Голки близько розташовані одна до одної – це свідчить про високий рівень агресивності. Можливо, це захисна реакція, але за малюнком складно визначити, чи це стиль життя, постійна поведінка, чи тимчасове явище. Сама досліджувана підтвердила, що агресія буває у неї як захист. Імпульсивність слабка – немає гострих чи уривчастих ліній. Присутнє прагнення до лідерства – великий малюнок, розташований у центрі аркуша. Демонстративність, відкритість –

наявність виступаючих відростків у кактусі, деяка химерність форм. Оптимізм – зображення «радісного» кактуса, використання яскравих кольорів. Жіночність – наявність м'яких ліній і форм, квітів. Кактус має опуклості – отже, дитина відкрита і простодушна. Екстравертованість – наявність на малюнку квітів. Прагнення до домашнього захисту, почуття сімейної спільності – наявність квіткового горщика на малюнку, зображення домашнього кактуса. Яскравий кактус – досліджувана є життєрадісною. Малюнок у центрі означає нормальний рівень самооцінки, відсутність незадоволеності своїм становищем і якихось особливих домагань. Розмір кактуса досить великий, що означає виражене прагнення до лідерства, наполягання на своїй думці як єдино правильній.

Висновки і рекомендації. Після інтерпретації результатів проєктивної методики, можна узагальнити, що досліджувана є радісною, оптимістичною, відкритою, простодушною. Дівчинка відчуває себе комфортно, емоційно-благополучно, життєрадісно. У малюнку присутня агресивність, що постає як захист у випадку порушення власних кордонів досліджуваної. Доцільно змінити форму захисту кордонів на менш агресивну, якщо досліджуваній це завдає дискомфорт, і навчатися вибудовувати більш спокійне і тактовне вираження своїх емоцій. Дізнатись, які є техніки для вираження своєї думки. Доцільно також навчатися технікам заземлення, створити якір у вигляді предмета який є завжди поруч (наприклад: сережка, браслет тощо). Можна також користуватися щоденником емоцій для більш якісної і довготривалої роботи з власними емоціями.