

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

ДОПУЩЕНО ДО ЗАХИСТУ

завідувач кафедри ПП та М

(підпис)

Юлія ГЕРАСИМЕНКО

« 12 » травня 2025 р.
(дата)

**«КОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО
ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ»**

**Кваліфікаційна робота
на здобуття освітнього ступеня «магістр»**

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма «Психологія»

Здобувачка вищої освіти
групи ПС-23-12-ЗМ

БАРАНІВСЬКА Людмила Віталіївна

(підпис)

Науковий керівник:
кандидат педагогічних наук,
доцент

ЛЕЩЕНКО Олена Геннадіївна

(підпис)

Біла Церква 2025

Протокол аналізу звіту подібності

Заявляю, що я ознайомився (-лась) з Повним звітом подібності, який був згенерований Системою виявлення і запобігання щодо роботи:

Автор: Баранівська Людмила Віталіївна, група ПС-23-12-зМ

Назва: Корекція емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії

Керівник: Лещенко Олена Геннадіївна

Підрозділ: кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Коефіцієнт подібності 1:6.8%

Мікропробіли: 52

Заміна букв: 0

Інтервали: 0

Після аналізу Звіту подібності констатую наступне:

☒ Запозичення, виявлені в роботі є законними і не є плагіатом. Рівень подібності не перевищує допустимої межі. Таким чином робота незалежна і приймається.

☐ Запозичення не є плагіатом, але перевищено граничне значення рівня подібностей. Таким чином робота повертається на доопрацювання.

☐ Виявлено запозичення і плагіат або навмисні текстові спотворення (маніпуляції), як передбачувані спроби укриття плагіату, які роблять роботу невідповідною вимогам законодавства (Ст. 26. ЗУ Про фахову передвищу освіту, пункт 3.1, Ст. 42. ЗУ Про освіту) та вимог НАЗЯВО (Критерій 5), а також кодексу етики і процедур. Таким чином робота не приймається.

Висновок:

Кваліфікаційна робота Баранівської Л.В. має високий рівень оригінальності вступного тексту, має результати власних досліджень. Використання її результатів і текстів інших авторів мають наслідком на відносно дотримано.

Дата 07.05.2025р.

Відповідальний за антиплагіатну технічну експертизу у Білоцерківському інституті неперервної професійної освіти
ДЗВО «Університет менеджменту освіти»
НАПН України:

Підпис _____



**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ»
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ
ОСВІТИ**

Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія, освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувачка кафедри

д. е. н., професорка Герасименко Ю.С.

« 3 » січня 2025 року



**ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ ЗДОБУВАЧЕВІ ОСВІТИ**

Баранівській Людмилі Віталіївні

1. Тема роботи Корекція емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії

керівник роботи Лещенко Олена Геннадіївна, к.пед.н., доцент

Затверджені наказом БІНПО від «03» січня 2025 року № 01-06/03

2. Строк подання студентом роботи «25» квітня 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи: наукові праці українських і зарубіжних авторів (А. Блозва, Н. Єжкова, О. Кононко, А. Крижанівська, Н. Трофаїла, С. Case, T. Dalley, J. Rubin), фахові статті, методики психодіагностики, матеріали переддипломної практики в Володарському ЗДО «Пізнайко» Володарської селищної ради Білоцерківського району Київської області, результати спостережень і діагностики, програми практики, онлайн-ресурси (Google Scholar, ResearchGate, PsycINFO).

4. Перелік питань, які потрібно розробити:

Кваліфікаційна робота магістра складається з основної частини і додаткової.

Основна частина містить такі структурні елементи: вступ, сутність (3 розділи – теоретичний, емпіричний, експериментальний), загальні висновки, список

використаних джерел, додатки. 1 Розділ – Теоретичні основи корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії –

складається з 3 підрозділів: 1.1. Сутність та зміст емоційних станів дітей; 1.2.

Загальна характеристика емоційних порушень у дітей дошкільного віку;

1.3. Сутність та зміст арт-терапії як психокорекційного напрямку при

емоційних порушеннях у дітей дошкільного віку. 2 Розділ – Емпіричне

дослідження емоційного стану дітей дошкільного віку – складається з 3 підрозділів: 2.1. Особливості організації дослідження та формування вибірки; 2.2. Результати емпіричного дослідження емоційного стану у дітей дошкільного віку; 2.3. Рекомендації з використання арт-терапії при емоційних порушеннях дітей дошкільного віку. 3 Розділ – Програма корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії – складається з 3 підрозділів: 3.1. Специфіка організації процесу корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії; 3.2. Програма корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії; 3.3. Результати дослідження.

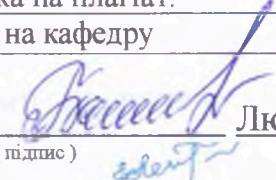
5. Консультанти розділів роботи

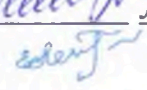
Розділ	Прізвище, ініціали та посада Консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
1	Лещенко О.Г., доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту БІНПО	03.01.2025 р.	03.01.2025р.
2	Лещенко О.Г., доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту БІНПО	21.01.2025 р.	21.01.2025 р.
3	Лещенко О.Г., доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту БІНПО	12.04.2025 р.	12.04.2025 р.

6. Дата видачі завдання 12.09.2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Узгодження теми, складання змісту	січень	виконано
2	Вивчення літературних джерел	січень	виконано
3	Збирання матеріалу на підприємстві	січень	виконано
4	Обробка матеріалу	січень	виконано
5	Виконання розділу 1	лютий	виконано
6	Виконання розділу 2	лютий	виконано
7	Виконання розділу 3	березень	виконано
8	Формулювання висновків	березень	виконано
9	Оформлення роботи, одержання відгуку та рецензії перевірка на плагіат.	квітень	виконано
10	Подання роботи на кафедру	квітень	виконано

Студент  Людмила БАРАНІВСЬКА
(підпис)

Керівник роботи  Олена ЛЕЩЕНКО

ДЗВО «УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ» НАПН УКРАЇНИ
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту

ВІДГУК

**керівника на кваліфікаційну роботу магістра
Баранівської Людмили Віталіївни, здобувачки освіти
Білоцерківського інституту неперервної професійної освіти,
групи ПС-23-12-ЗМ
на тему «Корекція емоційних порушень у дітей дошкільного віку
засобами арт-терапії»**

Тема кваліфікаційної роботи є актуальною в контексті сучасних викликів, пов'язаних із психоемоційними труднощами дітей дошкільного віку, спричиненими соціальними, економічними та воєнними факторами. Зростання уваги до психологічного здоров'я дітей підкреслюють необхідність розробки ефективних методів корекції емоційних порушень, зокрема через арт-терапію. Дослідження цієї теми дозволило магістру розкрити особливості емоційних станів дошкільників, визначити специфіку арт-терапії як психокорекційного методу та запропонувати практичні рішення для подолання тривожності, страхів і невпевненості у дітей.

Кваліфікаційна робота має високу наукову цінність, оскільки ґрунтується на комплексному аналізі теоретичних джерел, емпіричному дослідженні та розробці корекційної програми, адаптованої до вікових особливостей дошкільників. У роботі систематизовано уявлення про емоційні порушення, визначено їхні причини та прояви, а також обґрунтовано доцільність використання арт-терапії для їх корекції. Особливу увагу приділено емпіричному дослідженню, яке виявило рівні емоційного стану дітей, та розробці програми, що включає групові та індивідуальні заняття з урахуванням середнього та низького рівнів емоційного стану.

Практичне значення дослідження полягає в розробці та апробації корекційної програми на основі арт-терапії, яка може бути використана психологами, вихователями-методистами та батьками для підтримки емоційного розвитку дітей, зокрема в складних соціальних обставинах.

Рекомендації щодо зниження тривожності, розвитку соціальних навичок і створення сприятливого педагогічного середовища мають універсальний характер і можуть застосовуватися в дошкільних закладах освіти.

Робота має чітку структуру, що відповідає вимогам до магістерських кваліфікаційних робіт, і складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел і додатків. Теоретичний аналіз, емпіричне дослідження та практичні рекомендації логічно пов'язані та демонструють глибоке розуміння теми.

За результатами перевірки за допомогою системи StrikePlagiarism оригінальність роботи становить 93,2%, що підтверджує її відповідність вимогам щодо унікальності тексту.

Кваліфікаційна робота Баранівської Людмили Віталіївни виконана на високому науковому рівні. Здобувачка продемонструвала ґрунтовні знання теоретичних основ психології, вміння проводити емпіричне дослідження, аналізувати дані та формувати практичні рекомендації. Робота має значну науково-практичну цінність і може бути використана в процесі підготовки практичних психологів для роботи в дошкільних закладах освіти.

Вважаємо, що кваліфікаційна робота заслуговує на оцінку «відмінно».

Керівник кваліфікаційної роботи магістра
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент
кафедри педагогіки, психології та менеджменту
Білоцерківського інституту неперервної
професійної освіти ДЗВО «УМО»
НАПН УКРАЇНИ

Олена ЛЕЩЕНКО

дата «10» травня 2025 р.

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 101 с., 5 рисунків, 2 таблиці, 2 додатки, 49 літературних джерел.

Об'єкт дослідження – емоційні порушення у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка програми корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.

Предмет дослідження – корекція емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз, синтез узагальнення і систематизація наукових уявлень з теми дослідження; емпіричні – наукове спостереження, методика «Паровозик» С. Велієва, методика «Мій настрій у кольорі», методика «Емоційні обличчя» Н. Семаго та графічна методика «Кактус» М. Панфілова.

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що: розроблено та апробовано корекційну програму на основі арт-терапії для дітей дошкільного віку із середнім і низьким рівнями емоційного стану, адаптовану до їхніх вікових особливостей; надано практичні рекомендації для зниження тривожності, страхів і розвитку соціальних навичок у дітей дошкільного віку.

Матеріали роботи можуть бути використані психологами та вихователями-методистами закладів дошкільної освіти для впровадження арт-терапевтичних методів у корекційну роботу з дітьми дошкільного віку, які мають емоційні порушення, такі як тривожність, страхи чи невпевненість.

Ключові слова: емоції, емоційна сфера, дошкільний вік, порушення емоційного розвитку, арт-терапія, тривожність, агресія.

ABSTRACT

Master's thesis: 101 pages, 5 figures, 2 tables, 2 appendices, 49 references.

The object of the study is emotional disorders in preschool children by means of art therapy.

The purpose of the study is the theoretical justification and experimental verification of the program for the correction of emotional disorders in preschool children by means of art therapy.

The subject of the study is the correction of emotional disorders in preschool children by means of art therapy.

Research methods: theoretical - analysis, synthesis, generalization and systematization of scientific ideas on the topic of the study; empirical - scientific observation, the "Locomotive" technique by S. Veliyev, the "My mood in color" technique, the "Emotional faces" technique by N. Semago and the graphic technique "Cactus" by M. Panfilov.

The scientific novelty of the study is that: a correctional program based on art therapy for preschool children with medium and low levels of emotional state, adapted to their age characteristics, was developed and tested; practical recommendations were provided for reducing anxiety, fears and developing social skills in preschool children.

The materials of the work can be used by psychologists and methodologists of preschool educational institutions to implement art therapy methods in correctional work with preschool children who have emotional disorders, such as anxiety, fears or insecurity.

Key words: emotions, emotional sphere, preschool age, emotional development disorders, art therapy, anxiety, aggression.

АНОТАЦІЯ

Кваліфікаційна робота магістра на тему «Корекція емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії». Науковий керівник – к.пед.н, доцент Олена Геннадіївна Лещенко.

Кваліфікаційна робота магістра: 101 с., 5 рисунків, 2 таблиці, 2 додатки, 49 літературних джерел.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: ЕМОЦІЇ, ЕМОЦІЙНА СФЕРА, ДОШКІЛЬНИЙ ВІК, ПОРУШЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО РОЗВИТКУ, АРТ-ТЕРАПІЯ, ТРИВОЖНІСТЬ, АГРЕСІЯ.

У магістерській роботі розкрито сутність та зміст емоційних станів дітей, надана загальна характеристика емоційних порушень у дітей дошкільного віку, визначено сутність та зміст арт-терапії як психокорекційного напрямку при емоційних порушеннях у дітей дошкільного віку. У ході практичного дослідження застосовано спостереження, психодіагностичні методики та групові та індивідуальні заняття з дітьми.

Розроблено рекомендації щодо використання арт-терапії при емоційних порушеннях дітей дошкільного віку, які можуть бути використані батьками та сімейними консультантами для підтримки емоційного розвитку дітей у домашніх умовах, особливо в сім'ях зі складними соціальними обставинами, сприяючи гармонійному психоемоційному розвитку дітей.

ANNOTATION

Master's qualification work on the topic "Correction of emotional disorders in preschool children by means of art therapy". Scientific supervisor - Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor Olena Gennadiyevna Leshchenko.

Master's qualification work: 101 p., 5 figures, 2 tables, 2 appendices, 49 literary sources.

KEYWORDS: EMOTIONS, EMOTIONAL SPHERE, PRESCHOOL AGE, EMOTIONAL DEVELOPMENT DISORDERS, ART THERAPY, ANXIETY, AGGRESSION.

The master's thesis reveals the essence and content of children's emotional states, provides a general characteristic of emotional disorders in preschool children, defines the essence and content of art therapy as a psychocorrectional direction for emotional disorders in preschool children. In the course of the practical study, observations, psychodiagnostic methods, and group and individual classes with children were used.

Recommendations have been developed for the use of art therapy for emotional disorders in preschool children, which can be used by parents and family counselors to support the emotional development of children at home, especially in families with difficult social circumstances, contributing to the harmonious psychoemotional development of children

ЗМІСТ

ВСТУП.....	11
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	14
1.1. Сутність та зміст емоційних станів дітей.....	14
1.2. Загальна характеристика емоційних порушень у дітей дошкільного віку.....	22
1.3. Сутність та зміст арт-терапії як психокорекційного напрямку при емоційних порушеннях у дітей дошкільного віку.....	32
Висновки до першого розділу.....	35
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	37
2.1. Особливості організації дослідження та формування вибірки.....	37
2.2. Результати емпіричного дослідження емоційного стану у дітей дошкільного віку.....	45
2.3. Рекомендації з використання арт-терапії при емоційних порушеннях дітей дошкільного віку.....	57
Висновки до другого розділу.....	63
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	65
3.1. Специфіка організації процесу корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.....	65
3.2. Програма корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії	71
3.3. Результати дослідження.....	81
Висновки до третього розділу.....	84
ВИСНОВКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	87
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	91
ДОДАТКИ.....	96

ВСТУП

Актуальність дослідження. Запровадження Нової української школи (НУШ) сфера дошкільної освіти впливає на оновлення підходів та пошуку ефективних методів, форм та технологій виховання, розвитку та навчання дітей. Сьогодні особлива увага приділяється розвитку творчих та інтелектуальних здібностей дітей дошкільного віку, корекції їх емоційно-вольової та рухової сфер, а також використанню інтерактивних методів навчання й виховання, які спрямовані на формування компетентностей особистості дитини. Порушення у цих сферах можуть призвести до відхилень у особистісному розвитку дитини. Особливо важливо дбати про дитячу психіку, оскільки в умовах війни багато дітей переживають сімейні труднощі та інші негативні впливи, що можуть вплинути на їхній розвиток. Діагностика та корекція цих проблем мають велике значення для здоров'я дитини, її сім'ї та суспільства.

Мистецтвом для розвитку психіки є арт-терапія, що використовується як ефективний засіб для роботи з дітьми, оскільки їхні творчі роботи відображають дитячий внутрішній стан та допомагають їм виявити та вирішити внутрішні конфлікти. Це дозволяє дітям зменшити напругу та тривогу, розвивати творчі здібності та стати більш упевненими у собі. Використання арт-терапії в освітньому процесі дошкільного закладу освіти є актуальним задля профілактики та подолання негативних емоційних станів у дітей у майбутньому.

Теоретичні основи використання арт-терапії у процесі навчання досліджувались Л. Аметовою, Л. Лебедєвою, Т. Козаковою, Т. Комаровою, Я. Коменським, І. Песталоцці, Н. Фаас, Ф. Фребель та ін. Арт-терапія розглядається у контексті турботи про психологічне здоров'я, емоційне

самопочуття особистості, групи, колективу засобами художньої діяльності таким вченими: В. Беккер-Глош, О. Дьюхерст-Меддок, Н. Калька, З. Ковальчук, Л. Лебедєва, А. Сизова, О. Тараріна, О. Тіунова, Т. Шейкіна тощо.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та експериментальна перевірка програми корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.

Завдання дослідження:

1. Визначити сутність і зміст емоційних станів та особливості емоційних порушень у дітей дошкільного віку.
2. Дослідити специфіку арт-терапії як психокорекційного методу для подолання емоційних порушень у дітей дошкільного віку.
3. Провести емпіричне дослідження емоційного стану дітей дошкільного віку.
4. Розробити та впровадити корекційну програму на основі арт-терапії для дітей дошкільного віку із середнім і низьким рівнями емоційного стану.
5. Оцінити ефективність корекційної програми шляхом порівняння результатів констатувального та формувального етапів дослідження.

Об'єкт дослідження – емоційні порушення у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.

Предмет дослідження – корекція емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії.

Методи дослідження:

- теоретичні – аналіз, синтез узагальнення і систематизація наукових уявлень з теми дослідження;
- емпіричні – наукове спостереження, методика «Паровозик» С. Велієва, методика «Мій настрій у кольорі», методика «Емоційні обличчя» Н. Семаго та графічна методика «Кактус» М. Панфілова.

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що:

- розроблено та апробовано корекційну програми на основі арт-терапії для дітей дошкільного віку із середнім і низьким рівнями емоційного стану, адаптовану до їхніх вікових особливостей (образне мислення, обмежені вербальні навички);

- надано практичні рекомендації для зниження тривожності, страхів і розвитку соціальних навичок у дітей дошкільного віку.

Практичне значення отриманих результатів полягає в систематизації теоретичних уявлень про емоційні порушення у дітей дошкільного віку та розробці корекційної програми на основі арт-терапії, яка включає групові та індивідуальні заняття, адаптовані до середнього та низького рівнів емоційного стану дітей.

Матеріали роботи можуть бути використані психологами та вихователями-методистами закладів дошкільної освіти для впровадження арт-терапевтичних методів у корекційну роботу з дітьми дошкільного віку, які мають емоційні порушення, такі як тривожність, страхи чи невпевненість. Крім того, рекомендації та методичні вказівки можуть бути використані батьками та сімейними консультантами для підтримки емоційного розвитку дітей у домашніх умовах, особливо в сім'ях зі складними соціальними обставинами, сприяючи гармонійному психоемоційному розвитку дітей.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

1.1 Сутність та зміст емоційних станів дітей

У дошкільному віці формуються основні особистісні механізми та структури. Емоційна та мотиваційна сфери дитини з цього віку стають тісно взаємопов'язаними, формуючи самосвідомість. Дітей цього віку, як правило, характеризує емоційна стабільність, відсутність гострих емоційних реакцій на дрібні приводи.

Дослідники Б. Теплов та Т. Марцинковська визначають чотири ключові характеристики розвитку психіки: «емоційну стійкість, рухливість, гнучкість, чутливість та емоційність. У дошкільному віці розвиток психологічної сфери відбувається за всіма цими ознаками» [12, с. 55]. Емоційна стабільність формується протягом цього періоду завдяки розвитку здатності до усвідомлення та контролю емоцій. Якщо емоційна нестабільність зберігається до завершення дошкільного періоду, це може вказувати на проблеми в психічному розвитку дитини.

Зауважимо, що емоційна активність дітей залишається високою, навіть якщо вони проявляють емоційну нестабільність. Так, Т. Марцинковська вважає, що «відсутність пластичності емоцій та зосередженість на негативних емоціях є ознаками проблем у розвитку психічної сфери дітей» [12, с. 56].

Розвиток емоцій у дошкільному віці пов'язаний з формуванням ієрархії мотивів, появою нових інтересів та потреб. Пізнавальна діяльність має значущий вплив на емоційну сферу, допомагаючи дитині розширювати своє розуміння світу. Допитливість сприяє формуванню радості від відкриттів. З часом емоції дітей стають більш обґрунтованими та змістовними.

У дошкільному віці емоційні реакції дітей виражаються у зміні їхньої загальної активності та взаємодії з оточуючим світом. Всі види діяльності, в які включається дитина, мають емоційний контекст. Дошкільник відчуває задоволення від успішних результатів своєї роботи (ігри, забави, ліплення, проектування, допомога матері у побуті, підготовка до школи,) та радість спілкування з оточуючими. Дошкільник не здатний виконувати ті активності, які є нецікавими та нудними для нього. Спочатку, у молодшому дошкільному віці, дитина орієнтувалася на оцінку старших, але у старшому дошкільному віці вона зможе відчувати радість, передбачаючи позитивний результат своєї діяльності і натхнений настрої оточуючих [16, с. 40].

Вчена Г. Широкова зауважує, що у віці 4-5 років у дітей формується почуття обов'язку. Моральне розуміння є ключовим для цього почуття і сприяє осмисленню дитиною своїх дій та дій інших [19, с. 12].

У дошкільному віці дитина починає розуміти, що її дії мають свої наслідки та вчиться орієнтуватися в соціальних відносинах, розуміючи, що є прийнятним, а що ні. Здатна попередньо передбачити, які наслідки матиме її поведінка, вона планує свої дії, враховуючи соціальні норми. Якщо передбачений результат не відповідає вимогам виховання, дитина може очікувати покарання, що викликає у неї тривожність – емоційний стан, який може призупинити небажані дії.

Дошкільний вік характеризується формуванням самолюбства та самоствердження дитини. Вона починає прагнути до поваги, лідерства та уваги оточуючих. Ці прагнення часто супроводжуються негативними проявами, такими як упертість чи примхи. Ця потреба в самоствердженні особливо помітна у рольових іграх.

Відносини з однолітками та старшими дітьми набувають важливості. До 6 років хлопчики навчаються ефективно спілкуватися, стають уважнішими та готовими до співпраці з однолітками. У цьому віці також розвивається здатність відчувати емоційний стан інших. Діти можуть розпізнавати почуття інших за їхньою мовою тіла та манерах. Однак у дітей з

неблагополучних сімей ця навичка може розвиватися повільніше через стійкі негативні емоційні досвіди.

На думку Л. Небжидовського, у «старшому дошкільному віці діти починають формувати дружні стосунки. Навіть якщо вони ще не мають ясного розуміння поняття «дружба», вони вже дотримуються правил, характерних для дружніх відносин. Деякі 4- та 5-річні діти можуть підтримувати тісні, засновані на взаємній турботі, відносини протягом тривалого часу» [15, с. 82].

Під час формування емоційної сфери дошкільника відбувається розрив між особистісним відношенням та об'єктом емоційних переживань. Емоційний розвиток дитини тісно пов'язаний з соціальними умовами. Зміни у звичних умовах життя, такі як перестановки або зміни режиму, можуть викликати емоційні реакції та страх. Неспроможність задовольнити нові потреби у стресових ситуаціях може призвести до фрустрації. Пригніченість може виявлятися як агресія або депресія.

Якщо дошкільник малює страшні моменти або сні у складних ситуаціях, це може свідчити про емоційні проблеми. Психологічну напруженість можна виявити через емоційну лабільність, психологічну блокаду або ситуативну реактивність.

Емоції є важливим показником психологічного та фізіологічного стану дитини. З аналізу сучасних досліджень ми виділили наступні психологічні критерії для характеристики емоційного розвитку дошкільника:

1. Складність та розмежування предметного змісту емоційних переживань.
2. Тип емоцій.
3. Свідомість емоцій.
4. Здатність до вольового контролю емоцій.
5. Розвиненість механізму передбачення емоцій.
6. Здатність до емоційної дистанції.
7. Домінуючі емоційні стани.

Розглянемо кожен з цих критеріїв детальніше. Емоції відображають ставлення особи до світу та її реакцію на нього. Формування та розробка емоційних переживань дитини пов'язані зі складністю соціальних взаємин, формуванням її потреб, мотивів та пріоритетів. Тому цей аспект емоційного розвитку тісно пов'язаний з загальним, інтелектуальним, соціальним та особистісним розвитком дитини.

Складність взаємин дитини зі світом призводить до розширення предметного змісту її почуттів. З віком дитина проявляє більше інтересу до світу речей та людських відносин. Основою емоційного розвитку є внутрішній світ емоційних переживань дитини.

Зв'язок між показниками соціального, інтелектуального та емоційно-особистісного розвитку дошкільника можна ілюструвати через чотири форми спілкування дитини з дорослим [5, с. 107].

Кожна форма спілкування відображає основну потребу, яка задовольняється в ході цього спілкування. Задоволення цієї потреби в спільній діяльності є джерелом розвитку емоційної сфери дошкільника.

Об'єктом емоцій для дітей цього віку стають увага та доброзичливість дорослого, а також результати їх власної діяльності і успіхи у навчанні. Внеситуативно-пізнавальна модель спілкування передбачає не лише практичне співробітництво дітей із дорослим. Ця модель базується на «абстрактній» пізнавальній діяльності дітей, яка спрямована на розуміння емоційно невиражених зв'язків у фізіологічному світі. Такий тип спілкування може розширити соціальне оточення дітей та допомогти їм зрозуміти взаємозв'язки між явищами.

У процесі спілкування з дорослим дошкільник відчуває специфічні емоції, пов'язані з усвідомленням свого «Я». Важливо враховувати думку та позицію дитини, надавати їй можливість для самовираження та самостійності. Діти цього віку дуже чутливі до оцінок дорослих і реагують на них емоційно.

Особливості спілкування дитини з дорослими та характер відносин у сім'ї мають велике значення для формування емоцій та самосвідомості дошкільника. Спілкування в сім'ї впливає на самооцінку, домагання та уявлення про себе дитини. Четверта модель спілкування, внеситуативно-особистісна, активізується на старшому дошкільному віці. Діти цікавляться соціальними відносинами, емоціями та почуттями людей. Емоційне співпереживання стає ключовим інструментом у розумінні особистості інших.

Взаємодія з оточуючими людьми сприяє формуванню моральних та етичних емоцій у дитини. Вона вчиться розрізняти інших людей і відкриває для себе свої внутрішні особливості. У старшому дошкільному віці емоційні переживання стають більш насиченими і глибокими, діти звертають увагу на внутрішні мотиви та починають усвідомлювати певні життєві реалії, такі як смерть.

Отже, психологічно адекватне та позитивне спілкування з дорослим, повноцінне навчання та виховання допомагають розвивати емоції та диференціювати їх [12, с. 118]. Модальність емоцій пов'язана з виділенням основних типів емоцій у внутрішньому світі дитини. За експериментальними даними, на будь-якому віковому етапі спостерігається ускладнення та розширення спектру емоцій. У дошкільному віці починається процес диференціації позитивних та негативних емоцій, їх амбівалентність зменшується. Збагачення життєвого досвіду дитини сприяє появі різноманітних емоційних переживань, таких як естетичні, моральні, соціальні, інтелектуальні та творчі.

Дослідження емоційного стану дітей дошкільного віку передбачає визначення базових емоційних переживань. Але аналіз літератури показує, що кількість та характеристика цих базових емоцій у дітей різних дослідників варіюється. Наприклад, Е. Листик досліджує розпізнавання п'яти емоцій (гнів, страх, щастя, сум, подив), інші вчені зосереджуються на розумінні п'яти емоцій (радість, смуток, страх, гнів, подив) [12, с. 175].

«Важливим аспектом є рівень усвідомленості емоцій. Це включає в себе розуміння дітьми емоційної сфери, засвоєння значення слів, що виражають почуття («словник почуттів»), а також використання сенсорних зразків для формулювання емоцій в конкретній культурі.

Мова є ключовим засобом для усвідомлення емоцій. Показником усвідомленості психологічних процесів і станів у дітей є їхнє розуміння та вербалізація власних та чужих емоцій. Крім того, дітям потрібно засвоїти невербальний спосіб вираження емоцій через міміку, жести, пози та інтонації. Цей процес усвідомлення емоцій посилюється в дошкільному віці і вимагає розвитку мовних та рефлексивних навичок у дітей» [12, с. 175].

Однак не всі емоційні переживання дитини є свідомими. Дослідження, проведені М. Русаловою, М. Костюніною та І. Стрельниковою, показали, що діти можуть змальовувати емоційні ситуації та сцени, навіть коли вони не можуть розуміти або вербалізувати їх. Емоційна пам'ять зберігає в пам'яті дитини емоційні образи, формуючи «емоційний фонд».

Вивчаючи особливості формування смислів, С. Велієва вказує на те, що особистісні смисли можуть бути емоційно безпосередніми та вербалізованими, при цьому перший тип має ключове значення в дошкільному віці [12, с. 81].

Із віком діти розширюють, диференціюють та складнішають свої знання про емоції. Кілька досліджень, зокрема від Прусакової, Є. Сергієнко, Д. Рассела, Н. Билкіної, Д. Люсіна, А. Щетиніної, Є. Листик та інших, розглядають стадіальний характер розвитку дитячого розуміння власних та чужих емоцій.

У дослідженнях детально розглядаються умови формування емоційної мови у дошкільнят та рівень контролю емоцій. Здатність дитини контролювати свої емоції та поведінку в соціальних ситуаціях та стресових моментах вважається ключовою в віковій педагогічній психології. Воно допомагає знизити імпульсивність та підвищити самодисципліну та саморегуляцію.

Згідно з Л. Виготським, що формування довільного контролю емоцій базується на здатності дошкільника контролювати свої зовнішні емоційні вирази. У процесі розвитку дитина починає розмежовувати внутрішні переживання та зовнішню поведінку, що може призвести до примхливості та непередбачуваності у взаємодії з дорослими.

Дослідники активно вивчають стадії формування емоційної саморегуляції у дошкільному віці. Однією з ключових нововведень в емоційному розвитку є механізм емоційного передбачення, який дозволяє дитині передбачати наслідки своїх дій та адекватно регулювати свої емоційні реакції.

Також із дорослішанням діти розвивають здатність до емоційної децентрації, переходячи від психологічного егоцентризму до здатності сприймати почуття інших людей. Цей процес супроводжується формуванням співчуття, уваги до ближнього та емоційної синтонії.

«Емоційний стан дітей дошкільного віку відзначається позитивними емоційними станами, які стають домінуючими до кінця старшого дошкільного віку. Тривожні, агресивні, конфліктні та гнівні стани є винятком і не є типовими для цього віку. За дослідженням С. Велієвої, у дітей від 4 до 7 років радість (93%), веселість (92%), активність (79%), цікавість до оточуючого світу (74%) є основними емоційними станами. Однак у 83% дітей також виявлено стан страху» [7, с. 81].

Вчений А. Захаров у своїй роботі виділяє різні види страхів у дітей з нормальним психічним розвитком. Діти демонструють широкий спектр емоцій у спілкуванні з дорослими та однолітками, включаючи дружелюбність (61%), ніжність (55%) та любов (55%).

Порівняльний аналіз емоційних станів в дитячому віці показує формування та складність психологічних станів. Здивування у дітей віком 4-6 років поступово змінюється на захоплення пізнанням у старших дошкільників. У дітей також розвиваються нові емоційні стани, такі як мрії, інтереси та бажання до знань.

У дитини відбуваються зміни у станах спілкування: замість ніжності та дружелюбності у 4-5-літніх дітей, у старшому дошкільному віці можуть з'являтися стани хитрощів та образ. Від 5 до 6 років у дітей починають збільшуватися показники ворожості та гніву.

Отже, розроблені аспекти емоційного формування у дітей дошкільного віку можуть бути використані як основа для психодіагностичної, психокорекційної та формувальної роботи з дітьми.

Дошкільний вік є ключовим для формування психологічної сфери дитини. На цьому етапі оформлюються основні емоційні новоутворення, поглиблюються переживання, розвиваються навички співпереживання, розпізнавання почуттів та психологічного попередження.

Традиційно основними критеріями успіху в роботі з дітьми були рівень їх знань та навичок. Проте, сучасні суспільні зміни акцентують увагу на особистісному розвитку та внутрішньому світі дитини. Основні принципи формування благополуччя та індивідуального розвитку закладаються на дошкільному етапі, що формує дитину як повноцінну особистість з умінням робити вибір у житті.

Дошкільний період є важливим етапом у формуванні психологічної сфери дитини. Протягом цього часу відбувається становлення основних емоційних проявів: переживання набувають глибини, усвідомленості, узагальненості та диференціації. Покращуються навички співпереживання, розпізнавання почуттів та мовність емоцій. Також формується система психологічного попередження та передбачення емоцій у різних ситуаціях, а також виявляється можливість чутливо коригувати свою поведінку.

Основними факторами, що впливають на формування та закріплення порушень психологічного стану у дошкільників, є перинатальні проблеми, конфлікти з ровесниками та педагогами, некоректні погляди батьків на виховання дитини та шлюбні розбрати. Такі порушення виявляються в підвищеному рівні тривожності, некоректній самооцінці, ворожих реакціях та негативних емоціях.

Ключовим чинником в корекції психологічних порушень у дошкільників є створення у педагогічному процесі сприятливого середовища. Це включає творчу взаємодію, повагу до потреб та переваг дітей. У сучасній педагогічній психології питання формування психологічної сфери дитини є предметом активних дебатів. Різні підходи до розвитку ключових аспектів психологічної сфери є об'єктом академічних дискусій.

Однак основною метою є створення науково обґрунтованих програм, які спрямовані на підтримку послідовного розвитку емоційних проявів у дітей на різних етапах вікового розвитку.

1.2. Загальна характеристика емоційних порушень у дітей дошкільного віку

Проблема емоційного самопочуття дітей в сім'ї та дошкільному закладі є однією з найбільш актуальних, оскільки позитивний емоційний стан є ключовим для гармонійного розвитку особистості.

Висока емоційність дитини, яка впливає на його психічний стан і життєвий досвід, є характерною особливістю дошкільного віку [5; 6]. Емоційне світосприйняття дитини є її внутрішнім, суб'єктивним ставленням до світу, до людей, до самого себе. У деяких випадках це виражається як радість, спокій, гармонія з оточуючим світом та відсутність емоційних коливань, у інших – як переважаюча напруженість, почуття пригніченості, погіршений настрій або, навпаки, виражена агресивність.

Тобто, емоційне світосприйняття дошкільника є виразом його суб'єктивного сприйняття, інтенсивності та глибини емоцій, зрілості почуттів взагалі.

Емоційний досвід дитини, її переживання, може бути як позитивним, так і негативним, що безпосередньо впливає на її поточний стан самопочуття. Сучасні дослідження підтверджують, що позитивний досвід, такий як довіра

до світу, відкритість та готовність до співпраці, створює основу для позитивної самореалізації особистості [5; 6].

Для психічного здоров'я дітей важливо збалансувати позитивні та негативні емоції, що забезпечує підтримку емоційного балансу та життєстверджуючу поведінку. Порухення цього балансу може призвести до емоційних розладів та відхилень у розвитку особистості, а також до порушень соціальних контактів [1; 4].

З аналізу психологічної літератури [1; 5; 6; 7] виділяються три групи порушень в емоційному розвитку дошкільників: розлади настрою, розлади поведінки та порушення психомоторики. Розлади настрою можна класифікувати за двома типами: з підвищенням та зниженням емоційності. Ейфорія, дисфорія, депресія та страхи відносяться до першої групи, тоді як апатія, емоційна тупість та паратимії до другої [1; 7].

Ейфорія – це підвищений настрій, який не пов'язаний з зовнішніми обставинами. Дітей, які перебувають у стані ейфорії, можна описати як імпульсивних, прагнучих до домінування і нетерплячих.

Дисфорія – це розлад настрою, який характеризується переважно злобним та похмурим станом, загальною дратівливістю і агресивністю. Дітей у стані дисфорії можна визначити як похмурих, злих, різких і непоступливих.

Депресія – це афективний стан, який відзначається негативним емоційним фоном та загальною пасивністю поведінки. У дошкільному віці класична форма депресії зазвичай атипічна та стерта. Дітей з пониженим настроєм можна охарактеризувати як нещасних, похмурих та песимістичних.

Тривожний синдром – це стан безпричинної тривоги, який супроводжується нервовим напруженням та непосидючістю. Дітей, які відчують тривогу, можна описати як невпевнених, затриманих та напружених.

Страх – це емоційний стан, що виникає при усвідомленні небезпеки. Дошкільник, який відчуває страх, може виглядати боязким, переляканим та замкненим.

Апатія – це байдуже ставлення до того, що відбувається, яке поєднується з різким падінням ініціативи. Апатичну дитину можна охарактеризувати як безживну, байдужу та пасивну.

Емоційна тупість – це відсутність глибоких емоцій, зокрема втрата тонких альтруїстичних почуттів при збереженні базових форм емоційної реакції.

Паратимії, або неадекватність емоцій – це розлад настрою, при якому вияв емоції одного типу супроводжується зовнішнім виявом емоцій протилежної валентності. Емоційна тупість і паратимії є характерними для дітей, які страждають на шизофренію.

До розладів поведінки відносять гіперактивність та агресивну поведінку: нормативно-інструментальну агресію, інфантильну агресивність, захисну пасивно-агресивну поведінку, агресію, цілеспрямовану ворожу агресію та демонстративну агресію .

Гіперактивність – це комбінація загального рухового розгону, непосидючості, імпульсивності, емоційної нестабільності та порушень концентрації уваги. Дитина з гіперактивністю є непосидючою, не завершує початі справи та має змінний настрій.

Нормативно-інструментальна агресія – це форма дитячої агресії, де агресія використовується як звичайний спосіб поведінки в спілкуванні з однолітками.

Агресивна дитина проявляється зухвало, непосидючо, забіякувато, ініціативно, не визнає своїх помилок і прагне підкорити оточуючих. Його агресивні дії спрямовані на досягнення конкретних цілей, тому позитивні емоції він відчуває при досягненні результату, а не під час агресивних дій.

Пасивно-агресивна поведінка виявляється через капризи, упертість, бажання підкорювати оточуючих та небажання дотримуватися дисципліни.

Інфантильна агресивність проявляється у частих сварках з однолітками, неслухняністю, вимогами до батьків та бажанням образити оточуючих.

Захисна агресія – це форма агресивної поведінки, яка може бути як адекватною відповіддю на зовнішній стимул, так і перебільшеною, коли агресія виникає відповідно на різноманітні впливи.

Поява перебільшеної агресії може бути пов'язана з труднощами розуміння комунікативних дій оточуючих.

Демонстративна агресія – це варіант провокаційної поведінки, яка спрямована на привернення уваги дорослих або однолітків. У першому випадку дитина використовує непряму вербальну агресію, таку як скарги на однолітків або демонстративні крики. У другому випадку, коли діти використовують агресію для привернення уваги однолітків, вони частіше використовують фізичну агресію - пряму або непряму, яка є імпульсивною (безпосередні атаки на інших, загрози, руйнування робіт іншої дитини у разі непрямої агресії).

Цілеспрямовано-ворожа агресія – це форма дитячої агресивності, де основною метою є нанесення шкоди іншому. Діти, які вчиняють дії, спрямовані на завдання болю та пониження своїх однолітків, не мають конкретної цілі для навколишніх або для себе, але знаходять задоволення від завдання шкоди. Вони часто користуються прямою фізичною агресією, і їх дії відрізняються великою жорстокістю і безжальністю, не проявляючи жодного розкаяння.

До порушень психомоторики [7] належать:

1. Амимія – відсутність виразності міміки обличчя, яка може спостерігатися при певних захворюваннях центральної або периферичної нервової системи.
2. Гіпомімія – легке зниження виразності міміки.
3. Маловиразна пантоміміка.

Як зазначає дослідниця Т. Бабаєва, ключовим фактором соціально-емоційного розвитку дитини є її здатність «читати» емоційний стан оточуючих, співчувати і відповідати на це активно [5, с. 115]. Тому до порушень в емоційному розвитку дошкільників можна віднести труднощі в

адекватному розпізнаванні емоційних станів інших людей. У практиці навчання та виховання дітей завдання формування емоційності часто розв'язується лише частково, зосереджуючись переважно на розвитку мислительних процесів. Однією з причин такого підходу є недостатнє освітлення емоційного впливу.

Порушення емоційного розвитку в дошкільному віці мають дві основні причини [5; 6]:

1) «Особливості взаємодії дитини з соціальним оточенням. Дошкільник формує свій досвід спілкування з дорослими, однолітками та, особливо важливо, з сім'єю. Цей досвід може бути негативним в таких випадках: якщо дитина систематично отримує негативні оцінки від дорослого, він змушений витіснити в підсвідомість велику кількість інформації з оточуючого середовища. Нові враження, які не відповідають його концепції «Я», сприймаються ним негативно, що призводить до стресового стану дитини.

2) У разі негативних стосунків з однолітками діти можуть відчувати гострі та тривалі емоційні переживання, такі як розчарування, образа та гнів.

3) Конфлікти в родині, різноманітні вимоги до дитини та незрозуміння його інтересів можуть також спричиняти негативні емоційні переживання. Нижче наведені типи батьківського підходу, які можуть бути шкідливими для емоційного та особистісного розвитку дошкільника: відкидання, надмірна опіка, двосторонній підхід до взаємин, високі вимоги, уникнення спілкування тощо. Ці стосунки можуть спричиняти агресивність, аутоагресію, відсутність емоційної гнучкості, почуття тривожності, недовірливості та нестабільності емоційного спілкування. У той же час, тісні емоційні зв'язки, де дитина є об'єктом доброзичливого, але вимогливого ставлення, сприяють формуванню у дитини позитивних особистісних очікувань» [6, с. 82].

Окремо варто зазначити, що предметне оточення, таке як іграшки, що стимулюють агресію, може впливати на вибір сюжету дитячої гри, рольову поведінку та відповідну емоційну виразність.

Комунікаційні засоби також мають значущий вплив на соціально-емоційний розвиток дітей, можливо ставлячи їх у ризик емоційних розладів через недостатнє регулювання інформаційного навантаження. За даними ЮНЕСКО, 93% сучасних дітей віком 3-5 років проводять перед екраном близько 28 годин на тиждень, що є значно більшим, ніж час, проведений ними у спілкуванні з дорослими. В такій ситуації екран може стати основним «вихователем» дитини. Якщо дорослі або підлітки можуть критично оцінити телепередачі, переключити канал або вимкнути телевізор, діти часто дивляться все, що їм показують. Це може призвести до затримки особистісного розвитку, яке проявляється в порушеннях мови, відсутності інтересу до занять, слабкій концентрації, низькій емоційності, відсутності емпатії, імпульсивності та ситуативності поведінки, відсутності ініціативи, обмеженому рівні фантазії та стереотипності мислення.

Одним з основних методів корекції емоційних порушень у дошкільному віці є імітація різних емоційних станів дітьми [7; 9]. Ефективність цього методу впливає з кількох особливостей:

- 1) «Мімічні та пантомімічні вирази допомагають уникнути перетворення деяких емоцій на патологічні;
- 2) Активна робота м'язів обличчя та тіла сприяє емоційному розслабленню;
- 3) Під час довільного відтворення виразних рухів діти можуть активізувати відповідні емоції і згадати яскраві спогади, що може допомогти виявити причини нервового напруження;
- 4) Імітація слугує як первинний спосіб орієнтації суб'єкта в проблемних областях, найбільш важливих на даному етапі онтогенезу» [9, с. 5].

Отже, імітація різних емоційних станів у дітей впливає на їхнє самопочуття, формує емоційний настрій і сприяє розвитку психомоторики та довільного регулювання поведінки. Це є ключовим методом корекції емоційних розладів у дошкільному віці.

Основна форма корекційної роботи з дошкільнятами – це спеціальний курс занять, метою якого є емоційне втілення дитини в певний образ і ототожнення з ним, тобто імітація різних емоційних станів [7]. У процесі корекційних занять можна виділити такі типи педагогічного регулювання емоційного розвитку дітей:

1. «Навчально-корегуючий тип характеризується:

- Орієнтацією на розвиток у дітей виразної моторики – здатності передавати емоційні стани через міміку та пантоміміку.
- Прагненням педагога допомогти дітям розуміти власні емоції та вирази дорослих та дітей.
- Використанням групових і індивідуальних бесід про емоційну виразність у мистецтві, літературі та інших сферах.
- Вибором доступних для дітей видів активності, таких як гри, імітація, малювання.
- Демонстрацією методів втілення образу через міміку, пантоміміку та інтонацію.
- Внесенням коректив у процес виконання дитиною дій.

2. Направляюче-корегувальний тип відрізняється:

- Орієнтацією педагога на розвиток у дітей свідомого включення в процес імітації.
- Стимулюванням самостійного пошуку засобів виразності образу.
- Спрямованістю на розвиток умінь аналізувати невербальні емоційні вирази.

3. Для направляючого типу педагогічного регулювання характерні:

- Орієнтація на розвиток у дітей індивідуальних способів емоційного самовираження в ігровій діяльності.

- Стимулювання творчості та ініціативи дитини» [7, с. 10].

Ця типологія є загальним підходом до розвитку емоційної сфери та корекції емоційних розладів у дошкільному віці.

Незважаючи на очевидні відмінності у поведінкових стратегіях та комунікативній взаємодії між дітьми дошкільного віку, значна кількість таких дітей має спільні основи проблем, серед яких основна – це центрування дитини на самооцінці. Вчена Ю. Блинова вказує на спільні індивідуальні риси дітей з емоційними порушеннями:

- високий рівень тривожності, який часто поєднується з агресивністю;
- потреба в постійному визнанні, похвалі, високій оцінці та неперервній увазі однолітків і дорослих;
- боязнь, чутливість, недовіра;
- стабільність емоційних реакцій та дій;
- готовність визнавати свою винятковість;
- необхідність у самоствердженні та прагнення до лідерства;
- фокус на результаті та позитивній оцінці в усіх видах діяльності;
- боязнь конфліктів і неспокійність через свій соціальний статус.

Наявність спільних проблемних індивідуальних рис у дошкільнят з емоційними порушеннями вимагає розробки найкращих методів і технологій, що підвищують ефективність освітнього процесу та корекційну діяльність. Ми вважаємо, що конструктивним рішенням для розв'язання цих емоційних проблем у дошкільнят є застосування арт-терапевтичних технологій, що враховують особливості освітнього процесу та індивідуальні риси дошкільнят.

Дошкільний вік є першим етапом соціалізації дитини. У цей період дитина знайомиться з загальними людськими цінностями, формує перші міжособистісні відносини, розвиває свою емоційну сферу, яка має велике значення для подальшого особистісного розвитку та оволодіння різними видами діяльності.

Емоції служать засобом сприйняття дійсності та реакції на неї. Вміння радіти, розуміти емоційний стан інших людей, висловлювати свої почуття, спілкуватися та розуміти мистецтво визначаються емоційним розвитком дитини. Розвиток емоційної сфери в дошкільному віці впливає на сприйняття світу та взаємодію з ним.

Багато дітей стикаються з проблемами емоційного розвитку: вони не вміють реагувати на почуття інших та адекватно реагують на різні ситуації. Сучасні діти часто спілкуються з гаджетами, переважно дивляться мультфільми та грають в комп'ютерні ігри, що викликає менший контакт з дорослими та однолітками. Це призводить до того, що дошкільнята стають менш комунікабельними та не можуть якісно контролювати свої емоції. Спілкування збагачує життя, роблячи його більш насиченим та емоційним.

Дошкільний вік вважається коротким, але дуже важливим періодом в житті людини. Важливо закласти основу особистості саме в цей час. Особливу увагу слід приділити емоційному розвитку дитини, який має свої особливості.

У віці 1-3 роки емоційна сфера дитини характеризується відсутністю емпатії, емоційними реакціями, що пов'язані з її бажаннями, невмінням приймати рішення, зародженням самосвідомості та динамікою до самоствійності. Дитина починає вживати займенник «я», проявляє завищену самооцінку, але ще не розуміє наслідки своїх дій і звертає увагу на оцінку дорослих.

У віці 4-6 років емоційна сфера стає більш стабільною. Дитина сприймає світ спокійніше, розвивається її емоційне передбачення, вона намагається передбачити наслідки своїх дій та оцінити їх, а також виникають нові мотиви для діяльності та самооцінки.

Дитина віком 4-5 років активно виражає свої емоції і відчуття, які в основному формуються під впливом сімейного середовища. Розвиток нових навичок і зацікавленості призводить до розширення спектра почуттів, емоцій та мотивацій у дошкільників. З часом гамма їх емоцій та відчуттів стає більш

різноманітною: дитина може відчувати не лише радість або страх, а й гнів, ревності, задоволення, жалість, смуток, бадьорість, ніжність, сором'язливість та здивування. Вони виражають свої почуття через різні мімічні вирази та інтонацію.

Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку полягають у їх нездатності контролювати свої емоції та відчуття, в освоєнні способів виявлення своїх почуттів, а також у тому, що їх емоції стають більш обдуманими та свідомими, починають формуватися вищі почуття, такі як інтелектуальні, естетичні та моральні.

Психологічний стан дошкільнят проявляється, насамперед, у високому рівні тривожності, неадекватній самооцінці з тенденцією до її завищення або заниження, в яскравих ворожих реакціях та закріпленні негативних емоцій.

Однією з ключових обставин для виправлення психологічних проблем у дітей дошкільного віку є розвиток в педагогічному процесі фасилітаційної сфери. Це включає творчу взаємодію, абсолютне прийняття та розуміння потреб дитини, а також урахування її індивідуальних переваг. Проблема психологічного розвитку дитини є складною та дискусійною в педагогічній психології. Різні підходи до формування ключових аспектів психологічної сфери дітей стають предметом академічних дискусій та спорів.

Сучасні дослідники вважають вивчення емоцій індивіда важливим і пропонують розробку науково обґрунтованих психолого-педагогічних, корекційних та розвивальних програм. Ці програми спрямовані на підтримку розвитку в дітей різних вікових психологічних новоутворень. Наявність індивідуальних проблематичних особливостей у дітей-дошкільників з різними емоційними порушеннями підштовхнула науковців до пошуку найефективніших методів і технологій для покращення якості освітнього процесу.

1.3 Сутність та зміст арт-терапії як психокорекційного напрямку при емоційних порушеннях у дітей дошкільного віку

На сьогоднішній день відсутнє уніфіковане термінологічне визначення для напрямку, який ми називаємо «Арт-терапія» – це відносно новий рух у психотерапевтичній практиці, що описується як «використання мистецтва як елементу терапії».

Арт-терапія наразі активно розвивається, зосереджуючись на швидкому розширенні своїх границь, а не на глибокому вивченні. Розбіжності в термінології та неоднозначність демонструють процес формування цього методу.

Термін «Арт-терапія» часто використовується для опису всього напрямку, але в англomовних країнах він також охоплює терміни «мистецтво» і «живопис». Під арт-терапією розуміються візуальні форми мистецтва, такі як живопис, малюнок, ліплення, грим, боді-арт, мозаїки, інсталяції, колажі, ляльки та інше – все, що можна побачити.

«Арт-терапія – це один з найбільш ефективних способів роботи з клієнтами будь-якого віку і з будь-якими порушеннями, при цьому для особистості – це спосіб саморозкриття, самовираження, розвитку та шлях до власної гармонізації» [8, с. 7].

Спрямована на креативність терапія, також відома як «експресивна терапія» або «терапія через творчість», акцентує увагу на використанні творчого самовираження як ключового елементу арт-терапії.

На початку XX століття з'явилася потреба в такій діяльності. До того часу більшість людей проживала у селах, де традиційна культура включала спів, танці та малювання. З розвитком міської культури люди стали більшими споживачами мистецтва, але потреба в самовираженні не зникла, і арт-терапія допомогла в цьому. Це можна побачити в народній творчості, яка з'явилася під час помаранчевої революції: люди активно виражали себе через письмо, малювання, пісні та інсталяції.

Потреба бути активним учасником культури існує і зараз. Наприклад, вікторіанська епоха мала строгі норми в мистецтві та поведінці, але художники і художниці відмовлялися від цих канонів і використовували своє право на творчість. Також, психологи та психіатри стали цікавитися творчістю як засобом самовираження та терапії.

Суспільні процеси сприяли з'яві наукових концепцій про цілющу силу мистецтва, які вже швидко знайшли застосування в лікувальних і корекційних програмах. У кінці 1930-х – початку 1940-х років А. Хілл, засновник Британської школи арт-терапії, вперше ввів термін «арт-терапія». Його внесок полягав у використанні арт-терапії в медичних закладах. Тоді ж Г. Рід зосередився на арт-педагогіці, а Е. Крамер вивчала поняття сублімації у творчому процесі. В Америці арт-терапія розвивалася в рамках психодинамічної школи (М. Наумбург), що стимулювало вираз особистісних конфліктів і розуміння явища переносу.

Арт-терапевти спочатку звертались до засобів масової інформації та професійних спільнот для популяризації своєї роботи. У різних благодійних організаціях, соціальних проектах і медичних установах педагоги, художники, психіатри та психологи спільно працювали над тим, щоб арт-терапевтичні методики стали загальновизнаними. У середині 1960-х років стали формуватися професійні асоціації арт-терапевтів та освітні програми. Однак різні країни мали власні вимоги до спеціалістів і стандарти професійної підготовки.

Арт-терапія почала інтегруватися в медичну систему, освіту та стала невід'ємною частиною профілактичних та реабілітаційних заходів. Незважаючи на те, що не в усіх країнах арт-терапія визнана як окрема спеціальність, застосування арт-терапевтичних методів широкі. У 1970-80-х роках арт-терапія активно розвивалася: з'явилися публікації, етичні кодекси, конференції для фахівців.

У 1990-х роках з'явилися веб-сайти, електронні бібліотеки та видання, присвячені арт-терапії. В сучасній арт-терапії можна виділити два основних

підходи: один спрямований на роботу з готовими творами професійних митців, де високий рівень творчості і переживань є позитивним моментом, а інший акцентує на індивідуальній творчості людини, де важлива сама творчість.

Сьогодні арт-терапія використовується як підтримка для психологічно вразливих осіб, інструмент розв'язання політичних та етнічних конфліктів, а також для соціальної інтеграції. Вона є корисною для рішення проблем безробітних, надає підтримку біженцям і мігрантам у кризових ситуаціях ідентичності. Дослідження підтверджують, що соціальний контекст арт-терапії, включаючи етнічні та статеві аспекти, має велике значення для формування ідентичності та розуміння психічного здоров'я.

Арт-терапія також знаходить своє місце в освіті, де вона слугує як засіб емоційного виховання. Можливість художнього самовираження завжди асоціювалася з покращенням психічного здоров'я та розвитком особистості, особливо у дітей та молоді. Арт-терапевтичні методики активно обговорюються дослідниками, так дослідниця К. Уелсбі показала ефективність арт-терапії в загальноосвітніх закладах для підтримки дітей з відставанням у навчанні та дітей з неблагополучних сімей.

У підготовці психологів та педагогів широко застосовують арт-технології для розвитку творчого мислення. В Україні арт-терапія все ще розвивається. Найпопулярнішими є методики, що використовують образотворче мистецтво та танцювально-руховий підхід. Теорія та практика арт-терапії в Україні залишають багато невідомих моментів і обговорюваних питань, але це відображає невизначеність та багатогранність самого мистецтва.

Цікаво, що в Україні арт-терапія знаходить більший відгук серед педагогів та практикуючих психологів, ніж серед лікарів, що сприяло її поширенню в освітній та соціальній сферах.

Висновки до першого розділу

Аналіз теоретичних основ корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії показав, що дошкільний період є ключовим для формування емоційної сфери, яка впливає на психологічний, соціальний та інтелектуальний розвиток. Емоційна стабільність, гнучкість і чутливість формуються через взаємозв'язок емоційної та мотиваційної сфер, сприяючи розвитку самосвідомості. Емоційна нестабільність чи зосередженість на негативі можуть вказувати на проблеми, що потребують корекції. Емоційна активність дошкільнят залишається високою, а їхні переживання пов'язані з пізнавальною діяльністю, соціальними взаємодіями та моральним розумінням, що формує складні емоції, такі як почуття обов'язку чи співпереживання.

Емоційні реакції дошкільнят проявляються через активність і взаємодію з оточенням, залежно від соціальних умов, зокрема сімейного виховання та спілкування з однолітками. Зміни середовища, конфлікти чи незадоволення потреб можуть викликати тривожність, фрустрацію чи агресію. Психологічні критерії емоційного розвитку, як-от свідомість емоцій, вольовий контроль і передбачення, є основою оцінки благополуччя. Позитивні емоції домінують у нормі, тоді як тривожність чи страхи сигналізують про порушення.

Емоційні порушення у дошкільників включають розлади настрою, поведінки та психомоторики. Вони часто зумовлені негативним соціальним досвідом, неадекватними батьківськими підходами чи інформаційним перевантаженням від гаджетів. Негативний досвід спілкування чи агресивне предметне оточення посилюють тривожність, неадекватну самооцінку та ворожість, ускладнюючи соціалізацію.

Корекція емоційних порушень потребує сприятливого педагогічного середовища, що підтримує творчу взаємодію та індивідуальні потреби. Імітація емоційних станів є ефективним методом, який допомагає дітям

розпізнавати й регулювати емоції через мімічні та пантомімічні рухи, сприяючи розслабленню та виявленню причин напруги. Педагогічне регулювання через навчально-корегуючий і направляючий типи занять розвиває виразну моторику та самовираження.

Арт-терапія є ефективним психокорекційним інструментом для дошкільнят, сприяючи самовираженню та гармонізації через творчість, зокрема візуальні мистецтва (малювання, ліплення, колажі), що допомагає виражати складні емоції. Історично вона розвивалася від медичних до освітніх і соціальних застосувань, підтримуючи психологічно вразливих осіб, і в Україні є популярною в освіті, хоча потребує теоретичного розвитку. У навчальних закладах арт-терапія сприяє емоційному вихованню, розвитку творчого мислення, зниженню тривожності, формуванню емоційної компетентності та позитивної самооцінки, що є ключовим для психологічного благополуччя дітей, особливо з неблагополучних сімей.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1 Особливості організації дослідження та формування вибірки

Мета емпіричного дослідження: оцінити емоційний стан дітей дошкільного віку для виявлення особливостей їхньої емоційної сфери та можливих порушень, що потребують корекції.

Емпіричне дослідження емоційного стану дітей дошкільного віку проводилося на базі Володарського закладу дошкільної освіти «Пізнайко» Володарської селищної ради Білоцерківського району Київської області.

Володарський заклад дошкільної освіти «Пізнайко» є сучасним освітнім простором для дітей віком від 2 до 6 (7) років. Заклад працює відповідно до законодавства України, забезпечуючи якісну дошкільну освіту.

У «Пізнайко» функціонують навчальні групи, поділені за віком, що враховує індивідуальні потреби дітей. Інфраструктура включає сучасно облаштовані ігрові кімнати, комфортні спальні та зони для ігор на свіжому повітрі. Спеціально обладнані спортивні майданчики сприяють фізичному розвитку малечі.

Для психологічної роботи передбачений окремий кабінет із методичними матеріалами та іграшками. Професійний колектив закладу складається з вихователів із педагогічною освітою та вихователя-методиста. Увага приділяється соціальному, емоційному та інтелектуальному розвитку дітей.

Розвиток мовлення, творчих здібностей та підготовка до школи є ключовими напрямками роботи. Заклад створює безпечне середовище, сприяючи профілактиці емоційних і поведінкових проблем. Колектив співпрацює з батьками для забезпечення гармонійного розвитку дітей.

Володарський заклад дошкільної освіти «Пізнайко» забезпечує якісні умови для виховання і навчання, відповідаючи потребам громади. Його сучасна інфраструктура сприяє гармонійному розвитку дітей дошкільного віку.

До вибірки увійшли 28 дітей дошкільного віку (4-6 років), серед яких 12 хлопчиків і 16 дівчаток, що забезпечило різноманітність за статтю для аналізу емоційних особливостей.

Спостереження за емоційними проявами дітей дошкільного віку відбувалося в звичному для них середовищі під час різних видів діяльності, таких як ігри, заняття та взаємодія з однолітками, що дозволило отримати дані в природних умовах. Крім того, психодіагностичне обстеження проводив практичний психолог закладу, з яким діти мали налагоджений контакт, що сприяло їхній розкутості та спокійній поведінці під час діагностики. Сеанси роботи психолога з кожною дитиною тривали не більше 30 хвилин, щоб уникнути перевтоми та зберегти комфортну атмосферу, забезпечуючи точність і достовірність отриманих результатів. Використання ігрових методик і творчих завдань під час діагностики додатково мотивувало дітей дошкільного віку до участі та дозволяло розкрити їхні емоційні стани. Проведення обстеження в знайомому просторі дошкільного закладу також сприяло зниженню тривожності та підвищенню довіри до процесу.

На констатувальному етапі дослідження поставлено такі завдання:

1. Виконати психодіагностичну оцінку емоційної сфери дітей дошкільного віку.
2. Проаналізувати та інтерпретувати отримані дані дослідження.
3. Визначити групу дітей, які за результатами діагностики потребують корекційної роботи.

В ході емпіричного дослідження застосовувалися метод наукового спостереження та тестування за методиками: «Паровозик» С. Велієва, «Мій настрій у кольорі», «Емоційні обличчя» Н. Семаго та графічна методика «Кактус» М. Панфілова.

1. Спостереження.

Для вивчення емоційних проявів дітей дошкільного віку в їхній поведінці застосовується метод наукового спостереження, яке проводиться відповідно до заздалегідь розробленої схеми.

Під час дослідження постійно відстежуються та фіксуються поведінкові особливості дошкільнят, що відображають специфіку їхньої емоційної сфери. Зокрема, звертається увага на міміку, жести, інтонації, рівень активності, взаємодію з однолітками та реакції на різні ситуації, що дозволяє отримати комплексне уявлення про емоційний стан дітей і виявити характерні патерни, які свідчать про їхні емоційні особливості чи можливі порушення. Такий підхід сприяє глибшому розумінню індивідуальних відмінностей у вираженні емоцій і допомагає визначити потенційні потреби в корекційній підтримці для дітей із труднощами в емоційному розвитку.

2. Методика «Паровозик» С. Велієва (Додаток А).

Мета: оцінити емоційний стан дитини, зокрема визначити наявність нормального чи зниженого настрою, а також станів тривоги чи страху.

Дитині пропонують розглянути вагончики та скласти з них «унікальний поїзд», обираючи спочатку найпривабливіший вагончик, потім наступний за привабливістю, і так до завершення. Усі вагончики мають залишатися видимими. Для молодших дітей інструкцію повторюють, супроводжуючи жестами, що вказують на невибрані вагончики.

Оцінка результатів:

1 бал: фіолетовий вагончик – другий, чорний, сірий або коричневий – третій, червоний, жовтий або зелений – шостий.

2 бали: фіолетовий – перший, чорний, сірий або коричневий – другий, червоний, жовтий або зелений – сьомий, синій – восьмий.

3 бали: чорний, сірий або коричневий – перший, синій – сьомий, червоний, жовтий або зелений – восьмий.

Сума балів визначає психічний стан: позитивний стан; негативний психічний стан низького ступеня; негативний психічний стан середнього ступеня; негативний психічний стан високого ступеня.

Абсолютні дані переводяться у відсотки відносно максимальної оцінки, а середні значення показників вибірки розраховуються на основі індивідуальних результатів.

3. Методика «Мій настрій у кольорі» (для виявлення емоційного стану).

Дитині дається аркуш паперу з квадратами, чотири з яких замальовані у різні кольори (червоний, зелений, синій, чорний), п'ятий – не замальований. Інструкція дитині: «Уяви собі, що замальовані квадратики означають настрій: червоний – радісний настрій; зелений – спокійний, упевнений настрій; синій – сумний настрій; чорний – тривожний настрій. Тобі потрібно замалювати чистий квадратик відповідно до свого настрою». Враховується старанність дитини при замальовуванні квадрата.

Оцінювання результатів:

10 балів – дитина замалювала квадратик червоним кольором, проявила старанність;

8–9 балів – дитина замалювала квадратик червоним кольором, не проявила старанність;

4–7 балів – дитина замалювала квадратик зеленим кольором;

2–3 бали – дитина замалювала квадратик синім кольором;

0–1 бал – дитина замалювала квадратик чорним кольором.

Висновки про рівень емоційного стану 10 балів – дуже високий, 8–9 балів – високий, 4–7 балів – середній, 2–3 бали – низький, 0–1 бал – дуже низький.

4. Методика «Емоційні обличчя», автор Н. Семаго.

Дана методика була розроблена дослідницею в 1993 році і призначена для оцінки можливості адекватного пізнання емоційного стану, його точності та якості (тонкі емоційні диференціювання). Також у роботі з методикою можлива непряма оцінка міжособистісних взаємин, в тому числі виявлення

контрастних емоційних «зон» у спілкуванні з дітьми або дорослими. Призначена для роботи з дітьми від 3 до 11-12 років.

Процедура обстеження складається з двох серій.

1 серія (3 зображення) складається з контурних (схематичних) зображень облич. У схематичному вигляді наводяться наступні емоційні вирази: злість (гнів); смуток; радість.

2 серія методики (14 зображень) містить в собі зображення конкретних осіб дітей (хлопчиків і дівчаток: по 7 зображень відповідно).

У методиці використовуються зображення з наступними емоційними виразами: явна радість, страх, злість, привітність, подив, образа, замріяність.

Процедура проведення дослідження складалася з трьох послідовних етапів.

1-й етап: надання для впізнання емоційних станів 1-ї серії зображень (схематичні зображення).

2-й етап: надання реальних зображень (у відповідності зі статтю дитини).

3-й етап: придумування історії про яке-небудь зображення.

Результати оцінюються за точністю розпізнавання емоційних станів на зображеннях першої та другої серій. У першій серії аналізується здатність дитини правильно ідентифікувати базові емоції (гнів, смуток, радість). У другій серії враховується точність розпізнавання більш складних емоцій (наприклад, образа, замріяність) та їх диференціювання. На третьому етапі оцінюється зміст і емоційна насиченість історії, створеної дитиною, що дозволяє виявити її емоційну чутливість, уяву та особливості сприйняття міжособистісних стосунків. Додатково аналізуються вербальні коментарі дитини під час виконання завдань, які можуть вказувати на її ставлення до певних емоцій чи контрастні емоційні зони. Отримані дані узагальнюються для визначення рівня емоційної компетентності та можливих труднощів у розпізнаванні емоцій.

Під час першого етапу дослідження, крім основної інструкції, використовуються додаткові уточнюючі запитання, які гнучко адаптуються до віку, емоційного стану та індивідуальних особливостей розвитку кожної дитини. Схематичні зображення облич розкладають перед дитиною у випадковому порядку, забезпечуючи, щоб усі картинки залишалися в її полі зору. Інструкція: «Подивися на ці обличчя й скажи, що вони відчувають». Якщо поняття «настрій» незрозуміле дитині, пояснюється, що людина може почуватися щасливо чи сумно, уникаючи згадки конкретних емоцій. Після того, як дитина визначила настрій, зображення перемішують й просять ще раз назвати, що відчувають персонажі, щоб зменшити ймовірність випадкових відповідей.

На другому етапі дитині показують фотографії реальних дитячих облич, підібрані відповідно до її статі, у чітко визначеній послідовності. Ця послідовність відображає поступове ускладнення емоцій – від базових (радість) до більш тонких (образ, замріяність). Інструкція: «Ось картинки з хлопчиком (дівчинкою). Як, на твою думку, він (вона) відчувається?». Після відповіді ставляться запитання: «Через що в нього (неї) такий настрій? Що могло статися?». Зображення подають, чергуючи позитивні та негативні емоції, із позитивними на початку й наприкінці, щоб уникнути шаблонних відповідей і полегшити розпізнавання емоцій.

На третьому етапі дитині пропонується скласти історію, пов'язану з одним із раніше побачених зображень. Фотографії розкладаються зліва направо в тій же послідовності, що й на першому етапі. Інструкція: «Поглянь ще раз на ці картинки. Вибери одну, яка тобі сподобалася, і розкажи історію: чому хлопчик (дівчинка) так відчувається, що могло це викликати?».

Оцінювання результатів базуються на критеріях які оцінюють рівень емоційного диференціювання та здатність адекватно інтерпретувати емоційні стани за зовнішніми ознаками:

– високий рівень: дитина надає деталізовані, чіткі відповіді, точно ідентифікує емоції, аналізує вирази обличчя та легко висловлює власні почуття;

– середній рівень: дитина відповідає за допомогою дорослого, має труднощі з визначенням емоцій на абстрактних зображеннях і потребує підтримки для називання настрою;

– низький рівень: завдання не виконується навіть із підказками, дитина не може описати настрій чи показати його.

5. Графічна методика «Кактус» (М. Панфілова) призначена для аналізу емоційно-особистісної сфери дітей дошкільного, молодшого шкільного віку та підлітків через творче самовираження (Додаток Б).

Кожній дитині надають аркуш А4 і кольорові олівці з інструкцією: «Намалюй кактус таким, яким ти його уявляєш». Додаткові запитання чи пояснення не допускаються, щоб зберегти природність процесу. Після завершення малюнка дітям пропонується відповісти на уточнюючі запитання, наприклад: «Це домашній чи дикий кактус?», «Він колючий?».

Аналіз малюнка враховує загальні графічні характеристики: розташування, розмір, тип ліній, натиск олівця, а також специфічні показники: тип кактуса, стиль малювання, характеристики голок. Після малювання можуть ставитися уточнюючі запитання.

Результати відображають особистісні якості: агресивність (багато голок), імпульсивність (уривчасті лінії, сильний натиск), егоцентризм (великий малюнок), невпевненість (маленький малюнок), скритність (зигзаги), демонстративність (хімерні форми), оптимізм (яскраві кольори), тривожність (темні кольори, штриховка), жіночність (м'які лінії, квіти), екстравертивність (декілька кактусів) чи інтровертивність (один кактус), прагнення до захисту (горщик) чи самотність (дикий кактус).

Отримані результати за методикою оцінюються за наступними характеристиками:

– високий рівень емоційно-особистісного розвитку: малюнки з яскравими кольорами, помірною кількістю голок, наявністю горщика чи інших рослин, м'якими лініями, радісними коментарями. Вказує на оптимізм, екстравертивність, прагнення до захисту, жіночність;

– середній рівень: малюнки середнього розміру, з елементами як позитивних (яскраві кольори, горщик), так і негативних рис (штриховка, зигзаги), помірна старанність. Вказує на змішані риси: часткову тривожність, обережність, але з елементами відкритості чи стабільності;

– низький рівень: малюнки маленькі, з темними кольорами, великою кількістю голок, уривчастими лініями, зображенням дикого кактуса без горщика. Вказує на агресивність, тривожність, інтровертивність, почуття самотності.

За результатами методик визначався загальний рівень емоційного стану дітей дошкільного віку: високий, середній та низький.

Високий рівень емоційного стану характеризується стабільним позитивним настроєм, високою емоційною зрілістю та ефективною соціальною адаптацією. Діти демонструють радість, упевненість і активну залученість у взаємодію з оточенням. Вони ініціативні, доброзичливі та емпатичні, легко встановлюють контакт з однолітками, вихователями-методистами, психологами й іншими. Їхня поведінка відображає здатність до саморегуляції, розуміння власних і чужих почуттів, а також позитивне сприйняття соціального середовища, що сприяє гармонійному розвитку їхньої емоційної сфери.

Середній рівень емоційного стану дітей дошкільного віку характеризується відносною емоційною стабільністю з періодичними проявами невпевненості чи легкої тривожності, що залежать від зовнішніх обставин. Діти поведуться спокійно, але можуть бути стриманими в прояві ініціативи через страх невдач або потребу в підтримці дорослих. Вони демонструють часткову здатність до розпізнавання емоцій і регуляції власного стану, однак їхні реакції можуть бути менш вираженими чи

залежними від соціального контексту, що вказує на середній рівень адаптації до емоційних викликів.

Низький рівень емоційного стану відзначається наявністю у дітей дошкільного віку виражених емоційних труднощів, таких як тривожність, замкненість, агресивність або відчуття ізоляції. Діти виявляють скутість, відстороненість або конфліктність у взаємодії, що може ускладнювати їхні стосунки з оточенням. Вони мають обмежену здатність до розпізнавання емоцій і саморегуляції, а їхня поведінка вказує на вплив несприятливих соціальних чи сімейних факторів.

На формувальному етапі нами було розроблено програму корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії та впроваджено її у групі дітей дошкільного віку з низьким і середнім рівнями емоційного стану.

Наступним кроком було повторне визначення емоційного стану у дітей дошкільного віку з метою виявлення змін, що відбулися після проведення корекційно-розвивальної роботи. Для цього був здійснений другий діагностичний зріз із використанням тих самих методик, що застосовувалися на констатувальному етапі. Отримані результати дали можливість порівняти динаміку емоційного стану дітей та оцінити ефективність розробленої корекційної програми.

Отже, перейдемо до результатів емпіричного дослідження емоційного стану у дітей дошкільного віку на констатувальному етапі дослідження.

2.2 Результати емпіричного дослідження емоційного стану у дітей дошкільного віку

Для з'ясування емоційного стану у дітей дошкільного віку були використані: метод наукового спостереження, методика «Паровозик»

С. Велієва, методика «Мій настрій у кольорі», методика «Емоційні обличчя» Н. Семаго та графічна методика «Кактус» М. Панфілова.

Загальна вибірка склала 28 дітей 4-6 років, з яких 12 хлопців і 16 дівчат, що забезпечило різноманітність за статтю для аналізу емоційних проявів.

1. Спостереження.

На основі проведеного наукового спостереження за поведінкою дітей дошкільного віку в процесі їхньої взаємодії в різних видах діяльності (ігровій, навчальній, спілкуванні з однолітками та дорослими) визначено характерні поведінкові особливості, що відображають рівень розвитку їхньої емоційної сфери. Результати спостереження дозволили класифікувати емоційний розвиток дітей на низький, середній і високий рівні.

Діти, які проявляли агресивну поведінку, включаючи конфлікти з однолітками, схильність до образ, провокацій або байдужість до подій навколо, характеризувалися низьким рівнем розвитку емоційної сфери. Вони демонстрували імпульсивність, труднощі з емпатією та нехтування соціальними нормами взаємодії, що ускладнювало їхні стосунки з іншими. Така поведінка вказувала на обмежену здатність регулювати емоції. До цієї групи увійшли 9 дітей (4 хлопчики та 5 дівчаток), що становить 32,1% вибірки.

Група дітей із середнім рівнем розвитку емоційної сфери включала тих, хто виявляв тривожність, невпевненість у своїх діях, чутливість до невдач чи критики, а також схильність легко ображатися. Ці діти потребували підтримки дорослих, уникали ініціативи через страх помилок і проявляли емоційну нестабільність, хоча й демонстрували часткову здатність до саморегуляції. Ця категорія була найчисельнішою – 12 дітей (5 хлопчиків і 7 дівчаток), або 42,9% досліджуваних.

Діти з високим рівнем розвитку емоційної сфери вирізнялися активністю на заняттях, ініціативністю в іграх, доброзичливістю та наполегливістю в досягненні цілей. Вони легко встановлювали контакт,

проявляли емпатію, допомагали одноліткам і демонстрували емоційну стабільність, що свідчило про розвинену здатність до розуміння власних і чужих емоцій та позитивне сприйняття оточення. До цієї групи увійшли 7 дітей (3 хлопчики та 4 дівчатка), що становить 25,0% від загальної кількості учасників дослідження (рис. 2.1.).

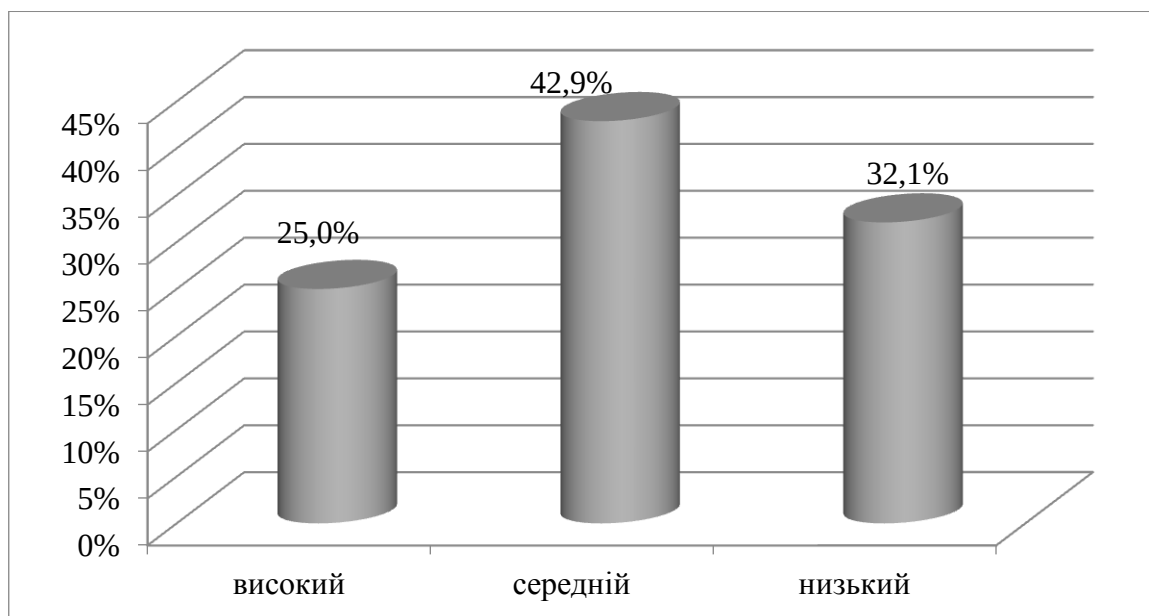


Рис. 2.1. Рівні розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку
(констатувальний етап)

Отримані результати підкреслюють неоднорідність емоційних проявів у дошкільнят і необхідність індивідуалізованого підходу до корекції їхньої емоційної сфери, особливо для дітей із низьким і середнім рівнями розвитку. Спостереження також підтвердило значний вплив соціального середовища, зокрема взаємодії з однолітками, вихователями-методистами та сімейного виховання, на формування емоційних реакцій.

2. Методика «Паровозик» С. Велієва.

Позитивний психічний стан виявлено у 8 дітей (4 хлопця, 4 дівчинки), що становить 28,6%. Ці діти обирали яскраві кольори (червоний, жовтий, зелений) на перших позиціях, що свідчить про нормальний настрій, відсутність тривожності чи страху.

Вони проявляли активність, радість і впевненість під час виконання завдання, а їхні коментарі були позитивними (наприклад, «Цей вагончик веселий», «Мені подобається червоний»). Середній бал склав 1,8 (10,0% від максимальної оцінки в 18 балів).

За підсумками діагностики дітей отримано результати (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Психічні стани дітей дошкільного віку (констатувальний етап)

Психічні стани	Кількість	
Позитивний психічний стан	28,6%	8 дітей
Негативний психічний стан низького ступеня	35,7%	10 дітей
Негативний психічний стан середнього ступеня	25,0%	7 дітей
Негативний психічний стан високого ступеня	10,7%	3 дітей

Негативний психічний стан низького ступеня встановлено у 35,7% (10 дітей серед яких 4 хлопця та 6 дівчат). Діти частіше обирали фіолетовий вагончик на перших місцях або темні кольори (чорний, сірий, коричневий) на третій-четвертій позиціях, що вказує на легку тривожність чи невпевненість. Їхні висловлювання, такі як «Не знаю, який обрати» чи «Цей колір сумний», свідчили про помірну емоційну нестабільність, можливо, пов'язану з адаптацією до групи чи сімейними обставинами. Середній бал – 5,2 (28,9% від максимуму).

Негативний психічний стан середнього ступеня встановлено у 7 дошкільників (3 хлопця, 4 дівчат), що складає 25,0%. Діти надавали перевагу темним кольорам (чорний, сірий, коричневий) на перших позиціях або синьому на сьомій, що вказує на виражену тривожність і можливі страхи. Коментарі, як-от «Цей колір лякає» чи «Не подобається цей вагончик», супроводжувалися скутістю та нерішучістю під час завдання. Середній бал склав 7,6 (42,2% від максимуму).

Негативний психічний стан високого ступеня виявлено лише у 10,7% дітей (1 хлопчик, 2 дівчинки). Діти послідовно обирали темні кольори на

перших позиціях, уникаючи яскравих, що свідчить про значну емоційну пригніченість, страх або замкненість. Висловлювання були мінімальними або відсутніми, а поведінка вказувала на серйозні емоційні порушення, що потребують корекції. Середній бал – 10,3 (57,2% від максимуму).

Отже, результати діагностування за методикою «Паровозик» показали, що більшість дітей (35,7%) мають легкі емоційні труднощі (НПС низького ступеня), тоді як 28,6% демонструють позитивний психічний стан. Розподіл за статтю не виявив значних відмінностей: хлопчики та дівчатка в рівній мірі проявляли як позитивні, так і негативні емоційні стани, хоча дівчатка частіше потрапляли до групи з НПС низького ступеня.

3. Методика «Мій настрій у кольорі».

Результати методики оброблялися з урахуванням обраного кольору та старанності замальовування квадрата (рис. 2.2.).

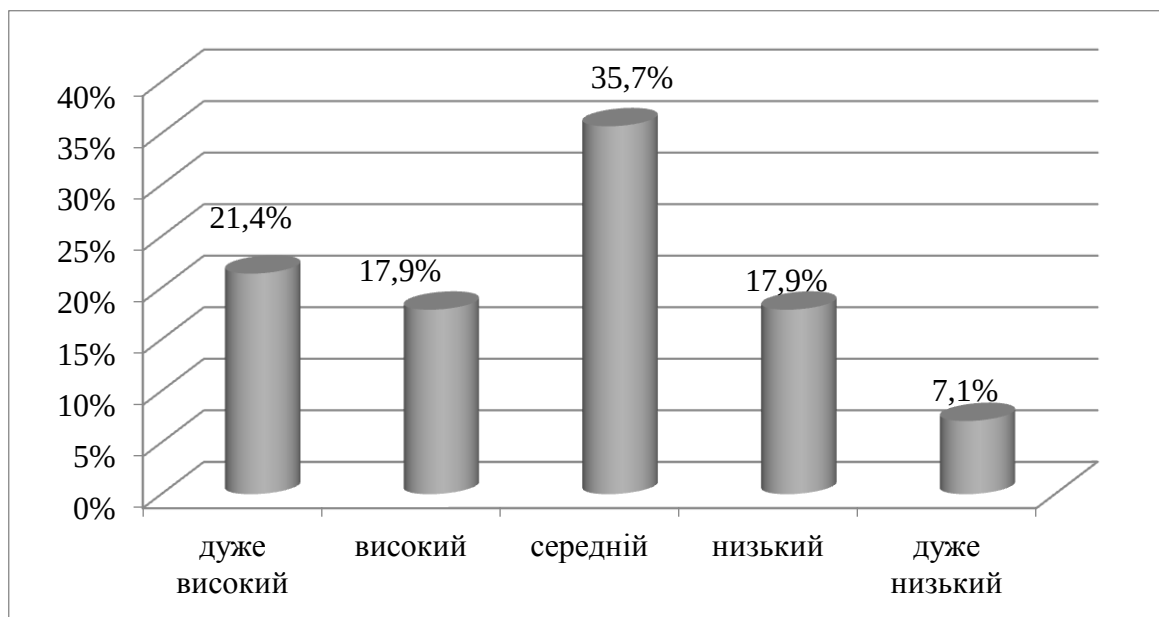


Рис. 2.2. Рівні емоційного стану дітей дошкільного віку за методикою «Мій настрій у кольорі» (констатувальний етап)

Дуже високий рівень емоційного стану продемонстрували 21,4% (6 дітей: 3 хлопця, 3 дівчинки). Учасники ретельно зафарбували квадратик червоним кольором, демонструючи радісний настрій і позитивне ставлення до завдання. Їхня поведінка вирізнялася жвавістю, ентузіазмом і готовністю

брати участь, що вказує на емоційну стабільність і благополуччя. Середній бал – 10,0 (100,0% від максимуму).

Високий рівень емоційного стану встановлено у 17,9% (5 дітей: 2 хлопця, 3 дівчинки). Діти обрали червоний колір, але виконали завдання менш акуратно, що свідчить про радісний настрій із певною неухважністю. Вони були активними, але іноді поспішними, що могло вплинути на якість виконання. Середній бал – 8,6 (86,0% від максимуму).

Середній рівень емоційного стану визначено у найчисельнішій групі – 10 дітей: 4 хлопця, 6 дівчат (35,7%). Досліджувані зафарбували квадратик зеленим кольором, що відображає спокійний і врівноважений стан. Вони поводитися стримано, без вираженої емоційної активності, демонструючи стабільність без значних перепадів настрою. Середній бал – 5,8 (58,0% від максимуму).

Низький рівень емоційного стану виявлено 17,9% (5 дітей: 2 хлопця, 3 дівчинки). Діти обрали синій колір, що вказує на меланхолійний або сумний настрій. Під час виконання завдання вони виглядали менш залученими, проявляли стриманість і замкненість, що може бути пов'язано з тимчасовими труднощами чи зовнішніми обставинами. Середній бал – 2,4 (24,0% від максимуму).

Дуже низький рівень емоційного стану виявлено лише у 2 дітей: 1 хлопчик та 1 дівчинка (7,1%). Дошкільнята зафарбували квадратик чорним кольором, що сигналізує про тривожний стан. Вони були скутими, виявляли небажання виконувати завдання, що може вказувати на серйозні емоційні проблеми, які потребують уваги фахівців. Середній бал – 0,5 (5,0% від максимуму).

Відносні показники обчислювалися як відсоткове співвідношення балів кожної дитини до максимальної оцінки (10 балів). Розподіл за статтю не показав значних відмінностей, хоча дівчата частіше обирали зелений колір.

Діагностика виявила, що 35,7% дітей мають середній емоційний стан, характеризуючись спокоєм, тоді як 39,3% демонструють радісний настрій

(дуже високий і високий рівні). Низький і дуже низький рівні (25,0%) вказують на наявність сумного чи тривожного стану в частини дітей, особливо в групі з дуже низьким рівнем (7,1%).

4. Методика «Емоційні обличчя» Н. Семаго.

Діагностування проводилося у три етапи. На першому етапі дітям надавалося три схематичних зображення облич і вони мали вказати, що відчувають ці обличчя. На другому етапі демонстрували 14 фотографій реальних дитячих облич (за статтю дитини) і діти мали визначити який настрій у хлопчика (дівчинки). На третьому етапі діти вибирали зображення та створювали історію про причини настрою персонажа.

Були отримані наступні результати (рис. 2.3.).

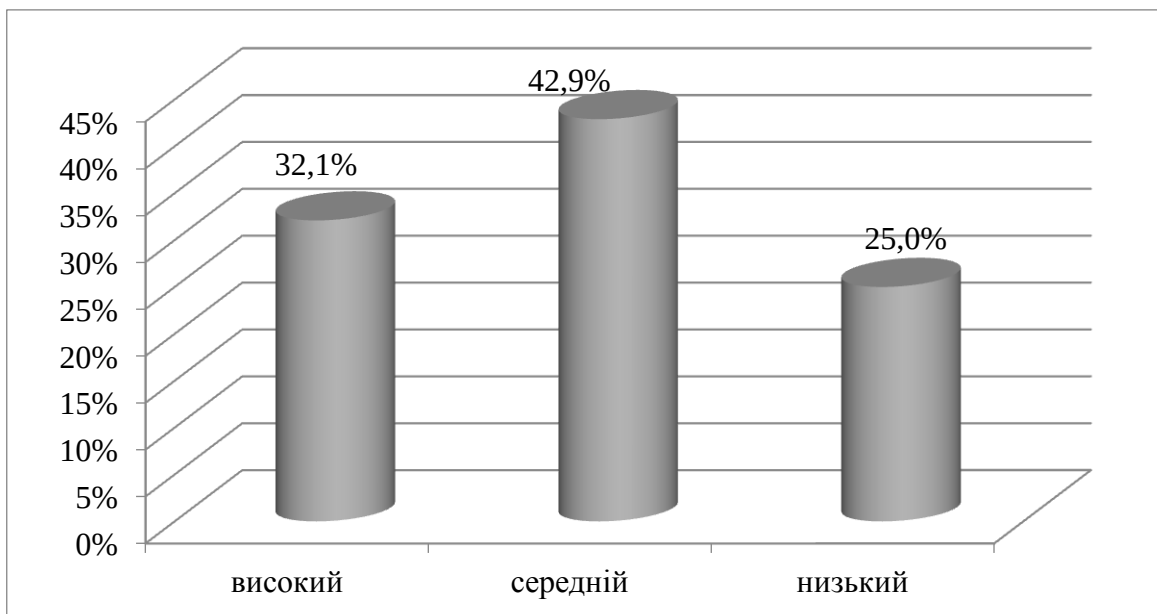


Рис. 2.3. Рівні емоційного диференціювання у дітей за методикою «Емоційні обличчя» (констатувальний етап)

Високий рівень емоційного диференціювання показали 32,1% дітей (4 хлопця, 5 дівчат). Діти точно розпізнавали базові (гнів, смuteк, радість) і складні емоції (подив, образа, замріяність), надаючи чіткі та розгорнуті відповіді. Їхні коментарі були виразними, наприклад, «Цей хлопчик радіє, бо отримав подарунок» або «Вона засмутилася, бо загубила іграшку». Історії містили деталізовані описи причин емоцій, демонструючи розвинену уяву та

емпатію. Ці діти легко аналізували вирази обличчя та виявляли емоційну чутливість.

Середній рівень емоційного диференціювання встановлено у 42,9% досліджуваних (5 хлопців, 7 дівчат). Респонденти правильно визначали базові емоції, але мали труднощі з ідентифікацією складних станів, таких як образа чи заздрість, часто потребували навідних запитань. Їхні коментарі були менш деталізованими, наприклад, «Він сумний» без пояснень. Історії мали загальний характер, із обмеженим емоційним змістом, наприклад, «Вона плаче, бо їй сумно». Ці діти демонстрували часткову здатність до емоційного аналізу, але потребували підтримки дорослого.

Низький рівень емоційного диференціювання виявлено у 25,0% діагностуємих (3 хлопчики, 4 дівчинки). Ці діти не могли точно розпізнати емоції навіть із підказками, часто плутали стани або не надавали відповідей. Їхні коментарі були мінімальними або відсутніми, наприклад, «Не знаю» чи «Він дивний». Історії або не створювалися, або були поверхневими, без зв'язку з емоційним контекстом. Ця група вказує на значні труднощі в емоційній компетентності, що може бути пов'язано з обмеженим соціальним досвідом чи емоційними порушеннями.

Для кількісного аналізу точність розпізнавання оцінювалася в умовних балах: 2 бали за правильне визначення емоції без підказок, 1 бал – із підказками, 0 балів – за неправильну відповідь чи її відсутність. Максимальна оцінка за першу серію – 6 балів (3 емоції $\times$ 2 бали), за другу – 28 балів (14 емоцій $\times$ 2 бали). Історії оцінювалися за 5-бальною шкалою (змістовність, емоційна насиченість).

Середні показники: високий рівень: 90,5% від максимальної оцінки (середній бал – 32,5 з 39); середній рівень: 65,2% (середній бал – 23,5); низький рівень: 30,8% (середній бал – 11,0).

Розподіл за статтю не виявив значних відмінностей, хоча дівчатка частіше потрапляли до середнього рівня. Вербальні коментарі дітей із

низьким рівнем часто вказували на негативне ставлення до емоцій страху чи злості, що може свідчити про контрастні емоційні зони в спілкуванні.

Таким чином, результати діагностування показали, що 42,9% дітей мають середній рівень емоційного диференціювання, що вказує на часткову здатність розпізнавати емоції, але з труднощами в аналізі складних станів. Високий рівень (32,1%) свідчить про розвинену емоційну компетентність у третини вибірки, тоді як низький рівень (25,0%) вказує на необхідність корекційної роботи для дітей із труднощами в розпізнаванні емоцій.

5. Графічна методика «Кактус» М. Панфілової була застосована для дослідження емоційно-особистісної сфери дітей дошкільного віку.

Результати оброблялися з урахуванням графічних характеристик (положення, розмір, лінії, натиск), специфічних показників (образ кактуса, манера малювання, голки) та відповідей на уточнюючі запитання. Розглянемо результати діагностування.

Результати діагностування були наступними (рис. 2.4.).

Високий рівень емоційно-особистісного розвитку встановлено у 35,7% дітей (4 хлопчики, 6 дівчаток). Малюнки характеризувалися яскравими кольорами (жовтий, червоний, зелений), помірною кількістю голок, наявністю горщика чи інших рослин, м'якими лініями. Діти часто зображали «радісні» кактуси з квітами чи прикрасами, відповідали на запитання позитивно, наприклад: «Це домашній кактус, його поливають». Такі малюнки вказують на оптимізм, екстравертивність, прагнення до сімейного затишку та емоційну стабільність.

Середній рівень емоційно-особистісного розвитку виявлено у 5 хлопчиків та 7 дівчаток (42,9%). Малюнки були середнього розміру, часто з комбінацією яскравих і темних кольорів, помірною кількістю голок, іноді з зигзагами чи штриховкою. Діти зображали як домашні, так і дикі кактуси, а їхні відповіді були стриманими, наприклад: «Він трохи колючий, але його можна торкнутися».

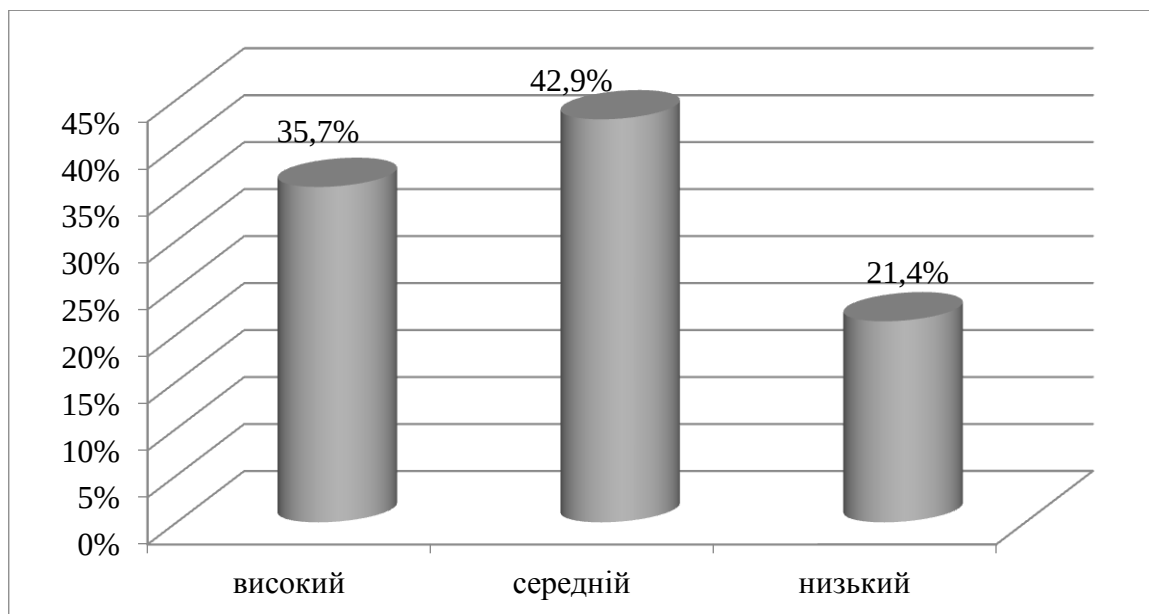


Рис. 2.4. Рівні емоційно-особистісного розвитку дітей за методикою «Кактус» (констатувальний етап)

Це свідчить про змішані риси: часткову обережність, тривожність, але з елементами відкритості чи стабільності, залежно від соціального контексту.

Низький рівень емоційно-особистісного розвитку продемонстрували 6 дошкільнят серед яких 3 хлопчиків та 3 дівчат (21,4%). Їх малюнки були маленькими, часто розташованими внизу аркуша, з темними кольорами (чорний, сірий), великою кількістю довгих голок, уривчастими лініями та зображенням дикого кактуса без горщика. Відповіді на запитання були мінімальними, наприклад: «Він колючий, росте сам». Такі характеристики вказують на агресивність, тривожність, інтровертивність і почуття самотності, що може бути пов'язано з несприятливим соціальним середовищем.

Для кількісного аналізу кожна характеристика оцінювалася за 3-бальною шкалою (0 – відсутність риси, 1 – часткова наявність, 2 – виражена риса) за 12 показниками (агресивність, тривожність, оптимізм тощо). Максимальна оцінка становила 24 бали.

Середні показники:

– високий рівень – 19,5 бала (81,3%);

- середній рівень – 14,2 бала (59,2%);
- низький рівень – 8,7 бала (36,3%).

Розподіл за статтю не показав значних відмінностей, хоча дівчатка частіше зображали кактуси з прикрасами чи квітами. Відповіді на запитання підтвердили, що діти з низьким рівнем часто відчують брак підтримки, зазначаючи, що «кактус росте сам» або «його ніхто не поливає».

Результати діагностування за методикою «Кактус» показали, що 42,9% дітей мають середній рівень емоційно-особистісного розвитку, демонструючи змішані риси стабільності та тривожності. Високий рівень (35,7%) вказує на оптимізм і соціальну адаптованість у значної частини вибірки, тоді як низький рівень (21,4%) сигналізує про емоційні труднощі, такі як агресивність чи відчуття самотності.

За результатами емпіричного дослідження, проведеного з використанням методу наукового спостереження та психодіагностичних методик, було визначено три загальні рівні емоційного стану дітей дошкільного віку: високий, середній і низький. Кожна методика оцінювала різні аспекти емоційної сфери (настрій, тривожність, емоційну компетентність, особистісні якості), а результати узагальнювалися для характеристики емоційного стану дітей (рис. 2.5.).

До високого рівня емоційного стану віднесено 9 дітей (32,1%). Цей рівень характеризується стабільним позитивним настроєм, розвиненою емоційною компетентністю, високою соціальною адаптованістю, активністю, ініціативністю, доброзичливістю та здатністю до ефективної саморегуляції й емпатії.

До середнього рівня емоційного стану віднесено 13 дітей (46,4%). Цей рівень відзначається відносною емоційною стабільністю з помірними проявами тривожності чи невпевненості, спокійною поведінкою, частковою здатністю до розпізнавання емоцій і регуляції стану, але з залежністю від зовнішньої підтримки.

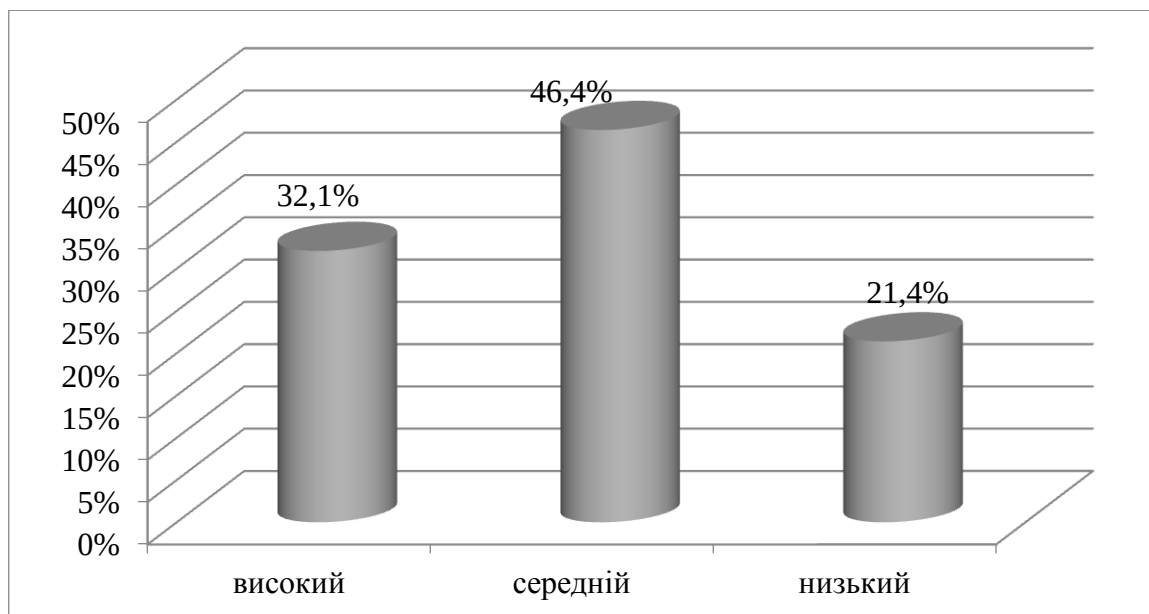


Рис. 2.5. Рівні емоційного стану дітей дошкільного віку
(констатувальний етап)

До низького рівня емоційного стану віднесено 6 дітей (21,4%). Цей рівень визначається вираженими емоційними труднощами, включаючи тривожність, агресивність, замкненість чи відчуття самотності, з обмеженою здатністю до емоційної регуляції та соціальної взаємодії, що потребує корекційної роботи.

Таким чином, результати емпіричного дослідження показали неоднорідність емоційного стану дітей дошкільного віку. Отримані дані підкреслюють значний вплив соціального середовища, зокрема сімейного виховання та взаємодії з однолітками, на емоційний розвиток, а також необхідність індивідуалізованого підходу до дітей із середнім і низьким рівнями. Для подолання виявлених емоційних порушень доцільно використовувати арт-терапевтичні методики, які сприятимуть розвитку емоційної регуляції та соціальних навичок. Отже, надамо рекомендації з використання арт-терапії при емоційних порушеннях дітей дошкільного віку з урахуванням отриманих результатів.

2.3 Рекомендації з використання арт-терапії при емоційних порушеннях дітей дошкільного віку

На основі результатів емпіричного дослідження емоційного стану дітей дошкільного віку було виявлено, що значна частина дітей (46,4% із середнім рівнем і 21,4% із низьким рівнем емоційного стану) має емоційні труднощі, такі як тривожність, невпевненість, агресивність або замкненість. Арт-терапія є доречним методом для корекції цих порушень, оскільки забезпечує невербальне вираження емоцій, створює безпечне середовище для самовираження та сприяє опрацюванню складних почуттів через творчу діяльність, що особливо важливо для дошкільнят із обмеженими вербальними навичками.

Надамо рекомендації щодо впровадження арт-терапевтичних методик, адаптованих до потреб дітей із середнім і низьким рівнями емоційного стану.

Застосування арт-терапії в закладах дошкільної освіти ґрунтується на створенні умов, що сприяють емоційному розкриттю та творчій активності дітей. Заняття мають проводитися в комфортному, безпечному середовищі з м'яким освітленням і затишною атмосферою, тривалістю 20-30 хвилин, 1-2 рази на тиждень, у групах по 4-6 дітей або індивідуально залежно від потреб. Важливо забезпечити різноманітність матеріалів (фарби, олівці, пластилін, папір, природні елементи), щоб діти могли обирати зручний спосіб вираження. Вихователь-методист виступає як фасилітатор, підтримуючи процес без оцінки результатів, створюючи атмосферу прийняття та стимулюючи дітей до самовираження через ненав'язливі запитання й заохочення.

Для дітей із середнім та низьким рівнем емоційного стану необхідно застосовувати різні арт-терапевтичні техніки через відмінності в характері їхніх емоційних труднощів, рівні емоційної регуляції та потребах у психологічній підтримці. Діти із середнім рівнем емоційного стану, які виявляють помірну тривожність, невпевненість або чутливість до невдач,

мають відносну емоційну стабільність і часткову здатність до саморегуляції, тому техніки для них спрямовані на підвищення впевненості, розвиток соціальних навичок і зниження легкої емоційної напруги. Натомість діти з низьким рівнем емоційного стану, які страждають від вираженої тривожності, агресивності чи замкненості, мають значні труднощі з емоційною регуляцією та соціальною адаптацією, що часто пов'язано з глибшими психологічними проблемами або несприятливим оточенням. Для них потрібні техніки, які зосереджені на опрацюванні страхів, зниженні внутрішньої напруги та поступовому відновленні довіри до оточення. Таким чином, диференційований підхід до вибору технік враховує різний ступінь емоційних порушень і забезпечує адресну корекцію, адаптовану до індивідуальних потреб кожної групи дітей.

Для дітей із середнім рівнем емоційного стану варто:

- застосовувати техніки малювання, що дозволяють дітям зображати свої емоційні стани через вільний вибір кольорів, форм і композицій, сприяючи усвідомленню почуттів, зниженню тривожності та розвитку емоційної саморегуляції;
- організовувати колективні творчі заняття, де діти спільно створюють композиції, що сприяють формуванню впевненості, розвитку навичок співпраці, зниженню страху перед оцінкою та зміцненню соціальних зв'язків;
- використовувати тактильні техніки, такі як ліплення з м'яких матеріалів, для зняття емоційної напруги, підвищення концентрації та зміцнення відчуття контролю над власними діями.

Для дітей із низьким рівнем емоційного стану слід:

- впроваджувати техніки малювання, спрямовані на створення образів, пов'язаних із безпекою та захистом, щоб допомогти дітям опрацьовувати страхи, відновлювати емоційну стабільність і формувати позитивні асоціації;
- застосовувати методи роботи з піском або сипучими матеріалами, що дозволяють невербально виражати складні емоції, зменшувати прояви агресивності, розвивати уяву та поступово долати замкненість;

– використовувати техніки створення символічних об'єктів (наприклад, масок чи фігур), які допомагають дітям досліджувати та приймати різні емоційні стани, знижувати внутрішню напругу та встановлювати довірливі стосунки з оточенням.

Інтеграція арт-терапії з іншими методами, такими як музична терапія, казкотерапія та ігрові практики, дозволяє посилити її ефективність у корекції емоційних порушень у дошкільнят. Поєднання цих підходів сприяє комплексному розвитку емоційної сфери, соціальних навичок і творчого потенціалу дітей. А саме:

1) Поєднання арт-терапії з музичною терапією рекомендується для посилення емоційного впливу та зняття психологічної напруги у дітей дошкільного віку. Використання ритмічних вправ, прослуховування спокійної музики або створення простих мелодій за допомогою доступних інструментів (бубни, маракаси) під час творчих занять сприяє розслабленню, покращенню настрою та стимуляції емоційного вираження. Наприклад, діти можуть малювати під музичний супровід, що відповідає їхньому емоційному стану, або створювати ритмічні візерунки, які доповнюють їхні малюнки, що допомагає гармонізувати емоції та розвивати координацію між невербальними формами самовираження.

2) Інтеграція арт-терапії з казкотерапією сприяє розвитку уяви, емпатії та опрацюванню складних емоційних переживань через метафоричні образи. Рекомендується використовувати короткі казки чи історії з позитивними героями, які долають труднощі, як основу для творчих завдань, наприклад, зображення персонажів або сцен із розповіді. Обговорення казок після малювання допомагає дітям усвідомити власні почуття, пов'язати їх із досвідом героїв і знайти способи вирішення емоційних конфліктів, що особливо корисно для дітей із тривожністю чи невпевненістю, оскільки сприяє формуванню позитивних поведінкових моделей.

3) Застосування ігрових практик у поєднанні з арт-терапією рекомендується для розвитку соціальних навичок і зниження емоційної

замкненості. Рольові ігри, де діти відтворюють емоційні стани через створені під час арт-занять об'єкти (маски, фігурки), або ігрові завдання, що передбачають спільне створення творчих проєктів, допомагають налагодити взаємодію з однолітками та знизити страх перед соціальними контактами. Такі заняття сприяють інтеграції емоційного досвіду, підвищенню впевненості та формуванню позитивного сприйняття групової діяльності, що є важливим для дітей із середнім і низьким рівнями емоційного стану.

Для ефективної корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку важливо залучати вихователів-методистів і батьків, які відіграють ключову роль у створенні сприятливого середовища для емоційного розвитку.

Отже для залучення вихователів-методистів і батьків варто:

- 1) Організовувати тренінги для вихователів-методистів із основ арт-терапії, спрямовані на розвиток їхніх компетенцій у створенні безпечного простору, розумінні емоційних потреб дітей, застосуванні ненав'язливих технік супроводу під час творчих занять, а також у визначенні індивідуальних особливостей дітей для адаптації занять.

- 2) Проводити регулярні семінари для вихователів-методистів, де розглядатимуться принципи інтерпретації дитячих малюнків, аналіз поведінкових реакцій і методи створення довірливої атмосфери, що допоможе їм ефективніше адаптувати арт-терапевтичні заняття до емоційних станів і потреб дітей.

- 3) Надавати вихователям-методистам методичні матеріали з арт-терапії, включаючи детальні описи технік, рекомендації щодо їх використання для дітей із середнім і низьким рівнями емоційного стану, а також практичні поради з організації занять і оцінки їхнього впливу на емоційний розвиток.

- 4) Впроваджувати наставництво для вихователів-методистів, залучаючи досвідчених психологів або арт-терапевтів, які надаватимуть консультації та супровід у процесі впровадження арт-терапії в освітній

процес, що сприятиме підвищенню їхньої впевненості та професійної компетентності.

5) Залучати батьків до регулярних консультацій із психологом або вихователем-методистом, під час яких роз'яснювати особливості емоційного стану їхніх дітей, надавати практичні рекомендації щодо підтримки вдома, наприклад, через спільне малювання, обговорення емоцій чи створення сприятливої атмосфери для вираження почуттів.

6) Організовувати спільні арт-терапевтичні заняття для батьків і дітей, спрямовані на зміцнення сімейних зв'язків, зниження тривожності, формування довірливих стосунків і розвиток емоційної близькості, що є особливо важливим для дітей із низьким рівнем емоційного стану.

7) Заохочувати батьків до участі в інформаційних зустрічах і воркшопах, де вони дізнаватимуться про переваги арт-терапії, її вплив на емоційний розвиток дітей і способи інтеграції творчих підходів у повсякденне життя, щоб підвищити їхню мотивацію до співпраці та активної участі.

8) Створювати інформаційні буклети чи електронні ресурси для батьків, що містять доступні пояснення про арт-терапію, приклади простих творчих вправ і поради щодо підтримки емоційного благополуччя дітей, сприяючи їхньому залученню до корекційного процесу.

9) Проводити періодичні батьківські збори з елементами арт-терапії, де батьки зможуть спробувати творчі техніки разом із дітьми, щоб краще зрозуміти їхні емоційні потреби та навчитися підтримувати їх у домашніх умовах.

10) Забезпечувати зворотний зв'язок між вихователями-методистами та батьками через регулярні звіти про прогрес дітей у арт-терапевтичних заняттях, що допоможе скоординувати зусилля та створити цілісну систему підтримки емоційного розвитку.

Арт-терапія, як метод, що поєднує творчість і психологічну підтримку, потребує скоординованих зусиль усіх учасників освітнього процесу, а також чіткого моніторингу прогресу для оцінки її результативності. Отже:

1) Очікується, що регулярне застосування арт-терапії протягом 3-6 місяців призведе до зниження рівня тривожності у дітей із середнім і низьким рівнями емоційного стану, що проявлятиметься в зменшенні проявів неспокою та підвищенні емоційної стабільності.

2) Передбачається покращення соціальних навичок, зокрема здатності до співпраці, налагодження контактів з однолітками та вихователями-методистами, особливо для дітей із замкненістю чи агресивністю.

3) Планується підвищення впевненості у дітей із середнім рівнем емоційного стану через розвиток самовираження та саморегуляції, а для дітей із низьким рівнем – поступове зменшення відчуття ізоляції та формування довіри до оточення.

4) Проводити повторне діагностування за методиками, використаними в дослідженні (наприклад, «Мій настрій у кольорі», «Емоційні обличчя»), через 3-6 місяців для порівняння показників емоційного стану до і після корекції.

5) Здійснювати регулярне спостереження за поведінковими змінами дітей у групі, фіксуючи прояви ініціативності, емпатії чи конфліктності, з використанням індивідуальних карток розвитку для оцінки прогресу.

6) Збирати зворотний зв'язок від вихователів-методистів і батьків щодо змін у поведінці та емоційних реакціях дітей для комплексної оцінки ефективності арт-терапії.

Таким чином, арт-терапія є ефективним методом корекції емоційних порушень у дошкільнят, оскільки забезпечує невербальне вираження почуттів, сприяє зниженню тривожності та розвитку соціальних навичок у безпечному середовищі. Індивідуалізований підхід, що враховує рівень емоційного стану дитини, її вікові особливості та соціальний контекст, необхідний для досягнення максимальної результативності корекційних

заходів. Залучення вихователів-методистів і батьків через навчання, консультації та спільні заняття створює цілісну систему підтримки емоційного розвитку дітей. Регулярна оцінка результатів арт-терапії шляхом діагностики та спостереження дозволяє своєчасно коригувати програму занять, забезпечуючи стійкі позитивні зміни в емоційній сфері дітей дошкільного віку.

Висновки до другого розділу

Емпіричне дослідження, проведене в Володарському закладі дошкільної освіти «Пізнайко» Володарської селищної ради Білоцерківського району Київської області, дозволило оцінити емоційний стан 28 дітей віком 4-5 років (12 хлопців і 16 дівчат) на констатувальному етапі. Застосування методу наукового спостереження та психодіагностичних методик («Паровозик» С. Велієвої, «Мій настрій у кольорі», «Емоційні обличчя» Н. Семаго, графічна методика «Кактус» М. Панфілової) забезпечило комплексну оцінку емоційної сфери, включаючи настрій, тривожність, емоційну компетентність і особистісні якості. Результати виявили неоднорідність емоційних проявів, що підкреслює необхідність індивідуалізованого підходу до корекції емоційних труднощів.

На основі діагностики встановлено три рівні емоційного стану: високий, середній і низький. Високий рівень, виявлений у 32,1% дітей (9 осіб), характеризується стабільним позитивним настроєм, розвиненою емоційною компетентністю, активністю, доброзичливістю та ефективною соціальною адаптацією, що свідчить про гармонійний емоційний розвиток. Ці діти демонструють здатність до саморегуляції та емпатії, легко встановлюючи контакт із оточенням.

Середній рівень емоційного стану, який охоплює 46,4% дітей (13 осіб), відзначається відносною емоційною стабільністю з періодичними проявами

тривожності, невпевненості чи чутливості до невдач. Діти цього рівня проявляють спокійну поведінку, але їхні реакції часто залежать від зовнішньої підтримки, що вказує на часткову здатність до розпізнавання емоцій і регуляції стану, а також на потребу в додатковій психологічній допомозі.

Низький рівень емоційного стану, виявлений у 21,4% дітей (6 осіб), характеризується вираженими емоційними труднощами, такими як тривожність, агресивність, замкненість або відчуття ізоляції. Обмежена здатність до емоційної регуляції та соціальної взаємодії в цій групі, підтверджена результатами методик, зокрема «Кактус» і «Емоційні обличчя», вказує на вплив несприятливих соціальних чи сімейних факторів і необхідність цілеспрямованої корекційної роботи.

Дослідження підкреслило значний вплив соціального середовища, зокрема взаємодії з однолітками, вихователями-методистами, психологами та сімейного виховання, на емоційний розвиток дітей. Спостереження показало, що діти з низьким рівнем емоційного стану частіше демонструють конфліктність або відстороненість, тоді як діти з високим рівнем активно взаємодіють і проявляють емпатію, що підтверджує важливість створення сприятливих умов для емоційного благополуччя.

Розроблені рекомендації з використання арт-терапії для дітей із середнім і низьким рівнями емоційного стану враховують їхні специфічні потреби та пропонують диференційовані техніки, інтеграцію з іншими методами (музичною терапією, казкотерапією, ігровими практиками), а також залучення вихователів-методистів, психологів, батьків. Арт-терапія визнана ефективним інструментом завдяки її здатності забезпечувати невербальне вираження емоцій і створювати безпечне середовище, що є основою для подальшої корекційної роботи.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

3.1 Специфіка організації процесу корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії

Арт-терапія є специфічним і ефективним інструментом для корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку завдяки її відповідності особливостям їхнього психоемоційного розвитку. У віці 4-6 років діти характеризуються переважанням образного мислення, обмеженими вербальними навичками та високою чутливістю до невербальних методів спілкування, що робить словесне вираження емоцій складним. Арт-терапія дозволяє дітям виражати почуття через творчу діяльність, таку як малювання, ліплення чи робота з піском, що забезпечує безпечний і природний спосіб опрацювання тривожності, страхів чи агресії. Цей метод враховує емоційну нестабільність дошкільнят, їхню залежність від підтримки дорослих і потребу в ігрових, інтуїтивно зрозумілих формах взаємодії, сприяючи розвитку емоційної регуляції та соціальних навичок у комфортному середовищі.

Емоційна сфера дітей віком 4-6 років характеризується нестабільністю настрою, високою чутливістю до зовнішнього середовища та значною залежністю від дорослих, що суттєво впливає на організацію арт-терапевтичних занять. У цьому віці діти ще не мають розвинених механізмів саморегуляції, їхні емоційні реакції часто імпульсивні, а настрої можуть швидко змінюватися під впливом зовнішніх подразників, таких як похвала, критика чи атмосфера в групі. Тому заняття мають бути короткими, щоб уникнути перевтоми, а інструкції – простими, чіткими та поданими в ігровій формі, що відповідає природній потребі дошкільнят у грі як основному виді

діяльності. Наприклад, завдання подаються як частина творчої пригоди чи історії, що стимулює інтерес і знижує тривожність.

Чутливість до середовища та залежність від дорослих зумовлюють необхідність створення безпечного, підтримуючого простору, де діти відчують довіру до вихователя-методиста чи психолога. Дошкільнята сприймають невербальні сигнали (міміку, тон голосу, жести) краще, ніж вербальні, тому фахівець має бути емпатійним, терплячим і уникати будь-якого тиску чи оцінки результатів творчості. Ігровий формат занять, наприклад, використання казкових персонажів чи рольових елементів, сприяє залученню дітей, допомагає їм розкритися та знижує страх перед невдачею. Крім того, врахування індивідуальних особливостей, таких як рівень сором'язливості чи темп роботи, дозволяє адаптувати заняття, забезпечуючи комфорт і ефективність корекційного процесу.

Вікові особливості також впливають на вибір матеріалів і форм взаємодії. Дошкільнята краще реагують на яскраві, різноманітні матеріали (фарби, пластилін, пісок), які стимулюють сенсорний досвід і творчу активність. Групові заняття мають бути невеликими (4–6 дітей), щоб забезпечити достатню увагу кожному учаснику, тоді як для дітей із вираженими емоційними труднощами доцільні індивідуальні сесії. Такий підхід враховує обмежену концентрацію уваги та потребу в персоналізованій підтримці, що є ключовим для успішної корекції емоційних порушень у цьому віці.

Організації корекційного процесу здійснюється в декілька етапів.

1. Діагностичний етап.

На початковому етапі необхідно визначити індивідуальні емоційні проблеми кожної дитини через метод спостереження та психодіагностичні методики. Спостереження за поведінкою дітей у природних умовах (під час ігор, занять, взаємодії з однолітками) дозволяє виявити прояви тривожності, агресивності чи замкненості. Психодіагностика допомагає класифікувати емоційний стан (високий, середній, низький) і визначити специфічні потреби,

що є основою для формування групового чи індивідуального плану корекції, адаптованого до рівня емоційних порушень.

2. Планування.

На етапі планування розробляється програма арт-терапевтичних занять із урахуванням рівня емоційних порушень. Для дітей із середнім рівнем, які мають помірну тривожність чи невпевненість, доцільно планувати групові заняття, що сприяють соціальній взаємодії та підвищенню впевненості. Для дітей із низьким рівнем, з вираженими емоційними труднощами, такими як агресивність чи замкненість, рекомендуються індивідуальні заняття, спрямовані на поступове відновлення довіри та опрацювання глибших проблем. Програма має включати чіткі цілі, тривалість курсу (3-6 місяців), періодичність (1-2 рази на тиждень) і враховувати вікові особливості дошкільнят.

3. Реалізація.

Проведення арт-терапевтичних занять здійснюється за чіткою структурою, що включає вступ, основну творчу частину та рефлексію. Вступ передбачає створення позитивної атмосфери через коротку ігрову активність чи розповідь, що налаштовує дітей на творчість. Основна частина зосереджена на виконанні творчого завдання, яке відповідає корекційним цілям і дозволяє дітям виражати емоції невербально. Рефлексія, проведена у формі ненав'язливого обговорення (наприклад, через запитання про почуття чи асоціації), допомагає дітям усвідомити власний емоційний досвід і закріпити отримані навички. Заняття проводяться в комфортному середовищі з урахуванням індивідуальних темпів роботи.

4. Оцінка ефективності.

Для оцінки результативності корекційного процесу використовуються повторні психодіагностичні методики, застосовані на діагностичному етапі, що дозволяє порівняти емоційний стан дітей до і після занять. Аналіз поведінкових змін, таких як підвищення ініціативності, зменшення конфліктності чи покращення соціальної взаємодії, здійснюється через

систематичне спостереження вихователів-методистів і фіксацію даних в індивідуальних картках розвитку. Зворотний зв'язок від батьків також враховується для комплексної оцінки прогресу. Регулярний моніторинг (кожні 3 місяці) забезпечує можливість коригування програми для досягнення стійких позитивних змін у емоційній сфері дітей.

Вихователь-методист чи психолог для ефективної організації арт-терапевтичного процесу з корекції емоційних порушень дошкільнят має володіти специфічними компетенціями, що забезпечують ефективність занять.

Фахівець має володіти базовими знаннями з арт-терапії, включаючи розуміння принципів творчого самовираження, інтерпретації дитячих робіт і впливу творчої діяльності на емоційну сферу. Емпатійність є ключовою якістю, оскільки дошкільнята чутливі до емоційного стану дорослого, а створення довірливої атмосфери сприяє розкриттю дітей і зниженню тривожності. Вміння ненав'язливо супроводжувати дитину в процесі творчості, уникаючи критики чи надмірного втручання, дозволяє забезпечити комфорт і безпеку, що є критично важливим для дітей із низьким рівнем емоційного стану.

Окрім професійних знань, фахівець повинен мати навички спостереження й аналізу поведінкових реакцій, щоб адаптувати заняття до індивідуальних особливостей кожної дитини, враховуючи її темперамент, рівень тривожності чи соціальної активності. Терплячість і гнучкість у спілкуванні необхідні для роботи з дошкільнятами, які можуть бути імпульсивними чи сором'язливими. Фахівець також має бути підготовленим до використання ігрових елементів і простих інструкцій, що відповідають віковим особливостям дітей 4-6 років. Регулярне підвищення кваліфікації через тренінги з арт-терапії та психології розвитку забезпечує оновлення знань і вдосконалення практичних навичок.

Міждисциплінарна співпраця є важливим аспектом організації корекційного процесу, оскільки емоційні порушення часто пов'язані з

іншими аспектами розвитку дитини. Фахівець має взаємодіяти з логопедами, які допомагають дітям із затримкою мовлення краще виражати емоції, та соціальними педагогами, які працюють із сім'ями у складних соціальних обставинах, що можуть впливати на емоційний стан дитини. Координація з іншими спеціалістами дозволяє розробляти комплексні програми підтримки, враховуючи мовленнєві, соціальні та емоційні потреби дітей. Така співпраця сприяє створенню цілісного підходу до корекції, підвищуючи її ефективність і забезпечуючи гармонійний розвиток дошкільнят.

Організація арт-терапевтичних занять вимагає створення сприятливих умов, що забезпечують комфорт і безпеку дітей. Простір для занять має бути тихою, затишною кімнатою з м'яким освітленням, мінімальною кількістю відволікаючих елементів і достатньою площею для розміщення матеріалів та вільного руху. Доступ до різноманітних матеріалів, таких як фарби, олівці, пластилін, пісок і папір, є обов'язковим, щоб діти могли обирати засоби для творчого вираження відповідно до своїх уподобань. Усі матеріали повинні бути нетоксичними, безпечними для використання дітьми дошкільного віку, а їх розміщення – зручним для самостійного доступу, що сприяє розвитку автономії та зниженню тривожності.

Розклад занять має бути регулярним, щоб забезпечити поступовий прогрес без перевантаження. Тривалість сесій (15-30 хвилин) адаптується до вікових особливостей дошкільнят, враховуючи їхню обмежену концентрацію уваги. Важливо уникати перенасичення розкладу, залишаючи достатньо часу для відпочинку та інших видів діяльності, що сприяє збереженню інтересу до занять. Безпека також забезпечується через відсутність психологічного тиску: педагог-вихователь чи психолог не оцінює результати творчості, не примушує дитину до виконання завдань і створює атмосферу прийняття, що дозволяє дітям почуватися вільно та розкривати свої емоції.

Організація арт-терапевтичного процесу має враховувати індивідуальні особливості дітей, включаючи статеві, темпераментні та соціальні відмінності, щоб забезпечити ефективність корекції. Дівчата часто виявляють

більшу чутливість до емоційних стимулів і схильність до деталізації в творчих роботах, тому заняття для них можуть включати завдання, що стимулюють вербалізацію почуттів чи створення образів із глибоким емоційним змістом. Хлопці, навпаки, можуть віддавати перевагу активним формам вираження, таким як ліплення чи робота з піском, що допомагає каналізувати енергію та знизити імпульсивність. Врахування цих відмінностей дозволяє адаптувати завдання до природних схильностей дітей.

Темпераментні особливості також відіграють ключову роль. Сором'язливі чи меланхолійні діти потребують додаткової підтримки, наприклад, індивідуальних занять або поступового залучення до групової роботи, щоб подолати страх перед соціальною взаємодією. Активні чи холеричні діти краще реагують на динамічні завдання, які дозволяють виражати енергію через творчість. Соціальний контекст, зокрема сімейне середовище чи досвід взаємодії з однолітками, впливає на емоційний стан, тому фахівець має враховувати можливі стресові фактори, адаптуючи заняття для дітей із несприятливих умов через більший акцент на створення відчуття безпеки та довіри.

Таким чином, структурований підхід до організації арт-терапії є важливим для забезпечення її ефективності з корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку. Чітко визначені етапи – діагностика, планування, реалізація та оцінка – дозволяють системно підходити до вирішення емоційних проблем, враховуючи вікові особливості дітей 4–6 років, такі як нестабільність настрою, обмежені вербальні навички та чутливість до невербальних методів. Організаційні умови, включаючи безпечний простір, регулярний розклад і нетоксичні матеріали, створюють основу для комфортного самовираження дітей.

Адаптація до індивідуальних особливостей, таких як статеві, темпераментні та соціальні відмінності, забезпечує персоналізований підхід, що підвищує результативність занять. Вимоги до фахівців, зокрема знання арт-терапії, емпатійність і здатність до міждисциплінарної співпраці,

гарантують якісне супроводження корекційного процесу. Отже, урахування вікових і індивідуальних особливостей дошкільнят у поєднанні зі структурованим підходом дозволяє арт-терапії ефективно сприяти зниженню тривожності, розвитку емоційної регуляції та покращенню соціальних навичок, створюючи міцну основу для гармонійного розвитку дітей.

3.2 Програма корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії

Корекційна програма розрахована на дітей віком 4-6 років із середнім і низьким рівнями емоційного стану, визначених за результатами емпіричного дослідження, з метою створення оптимальних умов для подолання страхів, тривожності, невпевненості та інших емоційних труднощів. Основними формами роботи є малювання, бесіда, ігрові вправи та релаксаційні практики, які адаптовані до вікових особливостей дошкільнят і сприяють їхньому емоційному розвитку.

Мета програми: використання арт-терапії для активізації та оптимізації процесів уяви, пов'язаних із подоланням страхів і тривожності, формування позитивного досвіду взаємодії з власними емоціями, підвищення впевненості та розвитку соціальних навичок у дітей із середнім і низьким рівнями емоційного стану.

Завдання програми:

1. Забезпечити контакт із об'єктами страху чи тривоги у символічній формі через творчу діяльність.
2. Сприяти подоланню страхів і тривожності шляхом усвідомлення їхньої прийнятності та корисності як природних емоційних реакцій.
3. Розвинути навички контролю над емоціями через зміну ставлення до об'єктів страху чи тривоги та формування конструктивних способів взаємодії з ними.

4. Знизити тілесну та емоційну напругу, сприяючи релаксації та емоційній стабільності.

5. Підвищити впевненість у собі та розвинути соціальні навички через групову взаємодію та творче самовираження.

6. Формувати позитивне сприйняття соціального середовища шляхом створення безпечного простору для вираження емоцій.

План корекційної програми надано у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

План програми корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії

Тема заняття	Завдання
Заняття 1. «Знайомство через долоньки».	Знайомство учасників, створення позитивного настрою, згуртування групи, емоційне розслаблення через тактильну творчість.
Заняття 2. «Мій улюблений світ»	Формування почуття безпеки, усвідомлення позитивних емоцій, розвиток групової взаємодії через створення спільного образу.
Заняття 3. «Кольори мого настрою».	Усвідомлення емоційного стану, зниження психоемоційного напруження, розвиток уміння співпереживати та аналізувати настрій оточуючих.
Заняття 4. «Фігурка емоцій» (індивідуальні заняття).	Усвідомлення та вираження власних емоцій, розвиток навичок невербального самовираження, зниження тривожності.
Заняття 5. «Мій страх» (індивідуальні заняття).	Знайомство зі страхами, пошук їхніх конструктивних сторін, формування позитивного ставлення до емоцій через творчість.
Заняття 6. «Радісний танець» (групове заняття).	Звільнення від негативних емоцій, розвиток соціальної довіри, підвищення впевненості через рухову активність і творчість.
Заняття 7. «Мій захисник» (групове заняття).	Формування відчуття безпеки, зменшення впливу страхів, розвиток уяви через створення символічного образу захисту.
Заняття 8. «Наш сильний світ» (групове заняття).	Закріплення навичок саморегуляції, зміцнення впевненості, зменшення тривожності через спільну творчу роботу та рефлексію.

Кількість занять: 8.

Тривалість занять: 25-30 хвилин, 2-3 рази на тиждень, щоб забезпечити регулярність без перевантаження.

Програма корекції складається з трьох етапів: підготовчий, основний та завершальний.

1. Підготовчий етап (3 заняття).

Мета: створення позитивної атмосфери, знайомство учасників, встановлення контакту з психологом і між дітьми, визначення цілей і правил роботи, формування довіри.

Заняття включають малювання на нейтральні теми, бесіди про почуття в ігровій формі та ігрові вправи для згуртування й емоційного розслаблення. Для дітей із середнім рівнем емоційного стану акцент робиться на групову взаємодію, що сприяє розвитку соціальних навичок і впевненості. Для дітей із низьким рівнем надається індивідуальна підтримка, з поступовим залученням до групових активностей, щоб знизити тривожність і створити відчуття безпеки.

Завдання:

- 1) Сформувані почуття безпеки та довіри до психолога й учасників групи.
- 2) Знизити тривожність перед новими завданнями через знайомство з арт-терапевтичним процесом.
- 3) Розвинути первинні навички вираження емоцій через творчі та ігрові активності.

Заняття 1. «Знайомство через долоньки».

Мета заняття: знайомство учасників, створення позитивного настрою, згуртування групи, емоційне розслаблення через тактильну творчість.

Привітання (5 хвилин). Гра «Коло привітань» – діти по черзі називають своє ім'я та жестом (наприклад, помах рукою чи усмішка) вітають групу. Психолог підтримує сором'язливих дітей, пропонуючи прості дії, щоб зменшити напругу.

Розминка (5 хвилин). Гра «Веселий м'ячик» – діти передають м'який м'ячик по колу, називаючи щось приємне (наприклад, улюблену іграшку чи

колір). Для дітей із низьким рівнем психолог може спочатку передати м'ячик індивідуально, щоб допомогти їм розслабитися.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Малювання долоньками». Дітям пропонують обвести власну долоню на аркуші паперу та прикрасити її кольорами, візерунками чи малюнками, які відображають їхню унікальність. Після малювання проводиться коротка бесіда: діти діляться, чому обрали певні кольори чи візерунки. Для дітей із середнім рівнем заохочується обмін ідеями в групі, для дітей із низьким рівнем – індивідуальна розмова з психологом.

Заключна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Тепле сонечко» – діти уявляють, що їхні долоньки зігріває сонце, дихають повільно, відчуваючи спокій.

Прощання (2 хвилини). Гра «Дружній ланцюжок» – діти беруться за руки, утворюючи коло, і кажуть одне слово, яке асоціюється з добром (наприклад, «радість», «дружба»).

Заняття 2. «Мій улюблений світ».

Мета заняття: формування почуття безпеки, усвідомлення позитивних емоцій, розвиток групової взаємодії через створення спільного образу.

Привітання (5 хвилин). Гра «Ім'я та рух» – кожна дитина називає своє ім'я та показує простий рух (наприклад, плескає в долоні чи підстрибує), який повторюють усі. Для дітей із низьким рівнем психолог пропонує легші рухи, щоб уникнути дискомфорту.

Розминка (5 хвилин). Гра «Чарівна ниточка» – діти уявляють, що тримають невидиму нитку, яка з'єднує їх у коло, і передають її один одному з усмішкою. Це сприяє згуртуванню та зниженню напруги.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Мій улюблений світ». Дітям пропонують намалювати місце чи річ, яка викликає радість (наприклад, улюблений парк чи іграшка). Використовуються фарби, олівці чи пластилін за вибором. Після малювання проводиться групова бесіда, де діти розповідають про свої малюнки. Для дітей із середнім рівнем

акцент на спільному обговоренні, для дітей із низьким рівнем — індивідуальна підтримка через запитання типу «Що тобі подобається в цьому місці?».

Заключна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Спокійна хмаринка» – діти лежать на килимку, уявляючи, що плывуть на м'якій хмаринці, дихають глибоко.

Прощання (2 хвилини). Гра «Подарунок усмішки» – діти по черзі дарують одне одному уявну усмішку, що створює позитивну атмосферу.

Заняття 3. «Кольори мого настрою».

Мета заняття: усвідомлення емоційного стану, зниження психоемоційного напруження, розвиток уміння виражати настрої і співпереживати оточуючим.

Привітання (5 хвилин). Гра «Веселе дзеркало» – діти стають парами, і один із них показує емоцію (радість, спокій), а інший її віддзеркалює. Психолог допомагає дітям із низьким рівнем, пропонуючи прості емоції та індивідуальну участь.

Розминка (5 хвилин). Гра «Танець кольорів» – діти рухаються під музику, уявляючи, що вони «розфарбовують» простір яскравими кольорами. Це допомагає вивільнити емоції та розслабитися.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Кольори мого настрою». Дітям пропонують намалювати свій настрій, використовуючи кольори, які вони асоціюють із ним (наприклад, червоний для радості, синій для спокою). Після завершення проводиться бесіда в ігровій формі: психолог запитує, чому обрано певний колір, і заохочує дітей ділитися почуттями. Для дітей із середнім рівнем акцент на груповому обміні думками, для дітей із низьким рівнем – індивідуальна підтримка через ненав'язливі запитання.

Заключна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Морська хвиля» – діти уявляють, що їх гойдає спокійна морська хвиля, дихають повільно, відчуючи розслаблення.

Прощання (2 хвилини). Гра «Коло добра» – діти передають по колу уявний «теплий промінчик», бажаючи одне одному щось хороше.

2. Основний етап (4 заняття).

Мета: активізація уяви, опрацювання страхів і тривожності, розвиток навичок емоційної регуляції та соціальної взаємодії.

Заняття поєднують бесіди про емоції, ігрові вправи для зняття психоемоційного напруження, малювання на теми, пов'язані зі страхами чи тривожністю, релаксаційні практики та рефлексію. Для дітей із середнім рівнем емоційного стану використовуються групові завдання, що сприяють співпраці, розвитку впевненості та соціальних навичок. Для дітей із низьким рівнем застосовуються індивідуальні завдання з акцентом на невербальне вираження емоцій, поступове зниження тривожності та формування довіри до оточення.

Завдання:

- 1) Розвивати навички вираження та аналізу емоційних станів через творчу діяльність.
- 2) Сприяти усвідомленню страхів як нормальних реакцій, що можуть бути контрольованими.
- 3) Формувати способи подолання страхів і тривожності через арт-терапевтичні техніки.
- 4) Аналізувати власну поведінку та взаємодію з іншими, розвиваючи соціальні навички.

Заняття 4. «Фігурка емоцій» (індивідуальні заняття).

Мета заняття: усвідомлення та вираження власних емоцій, зниження тривожності через невербальне самовираження, розвиток навичок аналізу почуттів.

Привітання (5 хвилин). Гра «Тепле коло» – діти по черзі торкаються долоньками до рук сусідів у колі, передаючи «тепло» з усмішкою. Для дітей із низьким рівнем психолог пропонує індивідуальне привітання, наприклад, легкий дотик до долоні з доброзичливим словом.

Розминка (5 хвилин). Гра «Емоційні звірі» – діти зображують рухи тварин, які відчують різні емоції (наприклад, веселий зайчик стрибає, сумний ведмедик повільно йде). Психолог допомагає сором'язливим дітям, пропонуючи прості рухи.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Фігурка емоцій». Дітям пропонують створити з пластиліну або намалювати фігурку, яка відображає їхній внутрішній стан (наприклад, радість, страх чи спокій). Психолог задає ненав'язливі запитання: «Який настрій у твоєї фігурки? Що вона відчуває?». Для дітей із низьким рівнем акцент на індивідуальній роботі, дозволяючи виражати емоції без вербалізації, якщо дитина не готова. Для дітей із середнім рівнем після створення фігурки проводиться коротка групова бесіда, де вони діляться враженнями.

Заключна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Листочок на вітрі» – діти уявляють себе легким листочком, який гойдається на вітрі, дихають повільно, відчуваючи розслаблення.

Прощання (2 хвилини). Гра «Чарівне побажання» – кожна дитина бажає собі чи групі щось хороше, наприклад, «хочу бути сміливим».

Заняття 5. «Мій страх» (індивідуальні заняття).

Мета заняття: знайомство зі страхами, пошук їхніх конструктивних сторін, формування позитивного ставлення до емоцій через творчість.

Привітання (5 хвилин). Гра «Сонячне коло» – діти передають уявне «сонечко» по колу, називаючи щось, що їх радує. Психолог підтримує дітей із низьким рівнем, пропонуючи відповіді, якщо вони вагаються.

Розминка (5 хвилин). Гра «Сміливі кроки» – діти ходять по кімнаті, уявляючи, що вони сміливі герої, які долають перешкоди. Це допомагає знизити напругу та підвищити впевненість.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Мій страх». Дітям пропонують намалювати те, що їх лякає, або уявний образ страху, використовуючи фарби чи олівці. Психолог пояснює, що страхи – це нормально, і запитує: «Як виглядає твій страх? Чи можна з ним

подружитися?». Для дітей із низьким рівнем робота проводиться індивідуально, з акцентом на безпечне вираження емоцій без тиску на вербалізацію. Для дітей із середнім рівнем після малювання проводиться коротка бесіда, де вони діляться, як можна «зробити страх меншим».

Заключна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Безпечний острів» – діти уявляють себе на спокійному острові, де вони почуваються захищеними, дихають глибоко.

Прощання (2 хвилини). Гра «Сміливе серце» – діти кладуть руку на серце і кажуть: «Я сильний!» або інше позитивне твердження.

Заняття 6. «Радісний танець» (групове заняття).

Мета заняття: звільнення від негативних емоцій, розвиток соціальної довіри, підвищення впевненості через рухову активність і творчість.

Привітання (5 хвилин). Гра «Емоційне коло» – кожна дитина називає емоцію, яку відчуває, і група повторює її з відповідним жестом. Для дітей із низьким рівнем психолог пропонує прості емоції та індивідуальну підтримку.

Розминка (5 хвилин). Гра «Весела хмаринка» – діти рухаються під музику, уявляючи, що вони легкі хмаринки, які плывуть у небі. Це сприяє розслабленню та вивільненню емоцій.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Радісний танець». Дітям пропонують намалювати радісний момент, який вони уявляють, слухаючи веселу музику. Після малювання група виконує «радісний танець» – діти рухаються під музику, відтворюючи свої малюнки жестами. Для дітей із середнім рівнем акцент на груповій взаємодії та співпраці, для дітей із низьким рівнем – індивідуальна підтримка, дозволяючи брати участь у танці в комфортному темпі. Бесіда після вправи: «Що ти відчував, коли танцював?».

Заключна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Теплий дощик» – діти уявляють, що на них падає теплий дощик, який заспокоює, дихають повільно.

Прощання (2 хвилини). Гра «Дружній жест» – діти обмінюються дружніми жестами.

Заняття 7. «Мій захисник» (групове заняття).

Мета заняття: формування відчуття безпеки, зменшення впливу страхів, розвиток уяви через створення символічного образу захисту.

Привітання (5 хвилин). Гра «Коло сили» – діти по черзі кажуть своє ім'я та слово, яке асоціюється з силою. Психолог допомагає дітям із низьким рівнем, пропонуючи прості слова.

Розминка (5 хвилин). Гра «Чарівний щит» – діти уявляють, що тримають невидимий щит, який захищає їх від усього поганого, і ходять по кімнаті, відчуваючи себе сильними. Це підвищує відчуття безпеки.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Мій захисник». Дітям пропонують намалювати чи виліпити уявного захисника (тварину, героя чи предмет), який допомагає їм почуватися безпечно. Психолог запитує: «Як твій захисник допомагає тобі?». Для дітей із середнім рівнем після вправи проводиться групова бесіда, де вони розповідають про своїх захисників, зміцнюючи соціальну взаємодію. Для дітей із низьким рівнем робота індивідуальна, з акцентом на невербальне вираження та підтримку.

Заключна частина (3 хвилини): Релаксаційна вправа «Світло захисника» – діти уявляють, що їхній захисник огортає їх теплим світлом, дихають спокійно.

Прощання (2 хвилини): Гра «Сильна команда» – діти беруться за руки і разом кажуть: «Ми сильні разом!».

3. Завершальний етап (1 заняття).

Мета: закріплення отриманих навичок, зміцнення впевненості, зменшення впливу страхів і тривожності, формування позитивного досвіду.

Заняття включає групову творчу вправу, спрямовану на узагальнення досвіду корекційної програми, бесіду про досягнення та релаксаційні практики. Рефлексія проводиться в ігровій формі, щоб допомогти дітям

усвідомити власний прогрес і відчувати гордість за свої успіхи. Для дітей із середнім рівнем акцент робиться на групову взаємодію та зміцнення соціальних зв'язків, для дітей із низьким рівнем — на індивідуальну підтримку, щоб забезпечити комфорт і відчуття безпеки.

Завдання:

- 1) Підтвердити набуті навички саморегуляції через творчу та рефлексивну діяльність.
- 2) Зміцнити соціальні зв'язки через спільну групову роботу.
- 3) Підкреслити індивідуальні успіхи кожної дитини, підвищуючи її впевненість і позитивне сприйняття себе.

Заняття 8. «Наш сильний світ» (групове заняття).

Мета заняття: закріплення навичок саморегуляції, зміцнення впевненості, зменшення впливу страхів і тривожності через спільну творчу роботу, підкреслення індивідуальних і групових досягнень.

Привітання (5 хвилин). Гра «Коло перемоги» – діти по черзі називають своє ім'я та одне слово, яке вони асоціюють із силою чи радістю. Психолог підтримує дітей із низьким рівнем емоційного стану, пропонуючи прості слова, якщо вони вагаються, і створює доброзичливу атмосферу, щоб усі почувалися комфортно.

Розминка (5 хвилин). Гра «Сильні герої» – діти ходять по кімнаті, уявляючи себе улюбленими героями, які нічого не бояться. Психолог заохочує їх робити впевнені рухи, щоб відчувати власну силу. Для сором'язливих дітей із низьким рівнем пропонується простіший варіант – уявити себе маленьким, але хоробрим персонажем.

Основна частина (15 хвилин). Арт-терапевтична вправа «Наш сильний світ». Дітям надається великий аркуш паперу, на якому вони спільно створюють малюнок «Нашого сильного світу» – місця, де всі почувуються безпечно, радісно та впевнено. Кожна дитина додає до малюнка власний елемент. Психолог допомагає дітям співпрацювати, заохочуючи обмін ідеями для дітей із середнім рівнем і надаючи індивідуальну підтримку дітям із

низьким рівнем, наприклад, пропонуючи прості ідеї чи допомагаючи вибрати кольори. Після завершення малювання проводиться бесіда: діти розповідають, що вони зобразили і чому це місце особливе. Психолог підкреслює внесок кожної дитини, наголошуючи на їхніх досягненнях протягом програми.

Заклучна частина (3 хвилини). Релаксаційна вправа «Світло впевненості» – діти сідають у коло, заплющують очі й уявляють, як їх огортає тепле, золотисте світло, яке наповнює їх сміливістю та спокоєм. Психолог супроводжує вправу спокійним голосом, допомагаючи дітям розслабитися.

Прощання (2 хвилини). Гра «Чарівна зірка» – кожна дитина отримує паперову зірочку, на якій психолог пише її ім'я та слово «Сильний/Сильна». Діти тримають зірочки та разом кажуть: «Ми сильні та дружні!». Це створює позитивне завершення програми та зміцнює почуття єдності.

На кожному занятті дітям пояснюється мета завдань і їхній зв'язок із подоланням страхів і тривожності, що сприяє усвідомленню процесу. Кожна дитина отримує схвалення за участь і творчі зусилля, що підвищує впевненість і самоповагу. Для дітей із середнім рівнем акцент робиться на групову взаємодію та співпрацю, для дітей із низьким рівнем – на індивідуальну підтримку та поступове залучення до групи. Релаксаційні практики, включаючи ігри на тілесний контакт, використовуються для зняття м'язової напруги та зміцнення довіри.

3.3 Результати дослідження

Після впровадження на формувальному етапі дослідження корекційної програми, спрямованої на подолання страхів, тривожності та емоційних труднощів у дітей дошкільного віку із середнім і низьким рівнями емоційного стану, було проведено повторне діагностування 19 дітей (13 із

середнім рівнем і 6 із низьким рівнем), визначених на констатувальному етапі.

Для оцінки ефективності розробленої програми було використано ті самі методи, що й на констатувальному етапі:

Метод наукового спостереження: аналіз поведінки дітей під час ігор, взаємодії з однолітками та педагогами, фіксація проявів тривожності, агресивності, замкненості чи впевненості.

Методика «Паровозик» С. Велієвої: оцінка емоційної компетентності через здатність дітей розпізнавати емоції та реагувати на них у модельованих ситуаціях.

Методика «Мій настрій у кольорі»: визначення емоційного стану через вибір кольорів, що відображають настрій (яскраві кольори – позитивний настрій, темні – тривожність чи смуток).

Методика «Емоційні обличчя» Н. Семаго: оцінка здатності дітей розпізнавати емоції за виразами обличчя, що вказує на рівень емоційної чутливості та регуляції.

Графічна методика «Кактус» М. Панфілової: аналіз малюнків для виявлення тривожності, агресивності чи невпевненості через кількість голок, розмір кактуса та кольорову гаму.

Розглянемо отримані результати повторного діагностування і порівняємо їх з даними констатувального етапу для виявлення динаміки змін в емоційному стані дітей

Діти із середнім рівнем емоційного стану (13 дітей).

Після корекційної програми 76,9% досягли високого рівня емоційного стану, а 3 (23,1%) залишилися на середньому рівні. За методикою «Паровозик», усі діти покращили здатність розпізнавати емоції, зокрема складні, середній бал зріс до 85% від максимуму (порівняно з 65%), що свідчить про значне підвищення емоційної компетентності. У методиці «Мій настрій у кольорі» у 11 дітей (84,6%) переважали яскраві кольори (жовтий, червоний, помаранчевий), середній бал зріс до 8,2 (82% від максимуму,

порівняно з 58%), вказуючи на позитивний настрій і зниження тривожності. За методикою «Емоційні обличчя», усі діти показали покращення в розпізнаванні емоцій, особливо негативних, середній бал досяг 30,5 (84,7% від максимуму, порівняно з 65,2%), що відображає розвиток емоційної чутливості. У методиці «Кактус» малюнки стали менш «колючими» у 12 дітей дошкільного віку (92,3%), із яскравими кольорами та більшим розміром рослини, середній бал зріс до 18,5 (77,1% від максимуму, порівняно з 59,2%), що вказує на зниження тривожності та підвищення впевненості. Спостереження підтвердило активнішу взаємодію з однолітками у 11 дітей (84,6%), ініціативність у 9 дітей (69,2%) і зменшення залежності від дорослих до 4 дітей (30,8%).

Отже, проведені заняття сприяли значному покращенню емоційного стану у 10 із 13 дітей, які перейшли на високий рівень. Показники за всіма методиками зросли в середньому на 20-25%, що вказує на зниження тривожності, покращення настрою, розвиток емоційної компетентності та соціальних навичок. Зокрема, зменшення залежності від підтримки дорослих (з 84,6% до 30,8%) і зростання ініціативності свідчать про успішну соціальну адаптацію. Для 3 дітей, які залишилися на середньому рівні, спостерігається позитивна динаміка (зростання балів на 10-15%).

Діти з низьким рівнем емоційного стану (6 дітей).

Після проведення програми 66,7% досягли середнього рівня емоційного стану, а 2 (33,3%) залишилися на низькому рівні, але з помітними позитивними змінами. За методикою «Паровозик», 5 дітей (83,3%) покращили здатність розпізнавати емоції, середній бал зріс до 60% від максимуму (порівняно з 35%), демонструючи початкову емоційну компетентність. У методиці «Мій настрій у кольорі» у 4 дітей (66,7%) з'явилися нейтральні та світлі кольори (синій, зелений), середній бал зріс до 5,0 (50% від максимуму, порівняно з 15%), що вказує на зниження тривожності та покращення настрою. За методикою «Емоційні обличчя», усі діти показали прогрес, середній бал досяг 20,5 (57,1% від максимуму,

порівняно з 30,8%), хоча 2 дітей ще мали труднощі з негативними емоціями. У методиці «Кактус» малюнки 5 дітей (83,3%) стали більшими, із меншою кількістю голок і яскравими кольорами, середній бал зріс до 13,5 (56,3% від максимуму, порівняно з 36,3%), що свідчить про зниження тривожності та зростання впевненості. Спостереження показало зменшення конфліктності до 1 дитини (16,7%), більшу відкритість до взаємодії у 4 дітей (66,7%) та спроби встановлення контакту у всіх.

Як бачимо, завдяки корекційній програмі 4 із 6 дітей досягли середнього рівня, із середнім зростанням показників на 20-35%. Зменшення конфліктності (з 66,7% до 16,7%) і відстороненості (з 83,3% до 33,3%) свідчить про покращення соціальної взаємодії. Поява світлих кольорів у методиці «Мій настрій у кольорі» та менш «колючі» малюнки в методиці «Кактус» вказують на зниження тривожності та зростання впевненості. Для 2 дітей, які залишилися на низькому рівні, спостерігається позитивна динаміка (зростання балів на 15-20%), але їхній прогрес обмежений через глибші емоційні труднощі, що потребують додаткової корекції.

Таким чином, порівняння результатів констатувального та формувального етапів показало значну позитивну динаміку в емоційному стані дітей. У групі із середнім рівнем 76,9% дітей досягли високого рівня, що підтверджує ефективність арт-терапії в зниженні тривожності, розвитку емоційної компетентності та соціальних навичок. У групі з низьким рівнем 66,7% дітей перейшли на середній рівень, демонструючи зменшення страхів, агресивності та замкненості. Загальне зростання показників за методиками на 15-35% і покращення поведінки (збільшення ініціативності, зниження конфліктності) свідчать про успішність розробленої програми.

Висновки до третього розділу

Організація корекційного процесу засобами арт-терапії для дітей дошкільного віку враховує їхні вікові особливості, зокрема образне

мислення, обмежені вербальні навички та чутливість до невербальних методів, що забезпечує ефективність подолання емоційних порушень. Чітко структуровані етапи – діагностика, планування, реалізація та оцінка – дозволяють системно підходити до корекції, адаптуючи заняття до рівня емоційних труднощів (середнього чи низького). Використання ігрового формату, коротких сесій, яскравих матеріалів і безпечного простору відповідає потребам дошкільнят, сприяючи зниженню тривожності, розвитку емоційної регуляції та соціальних навичок. Вимоги до фахівців, такі як знання арт-терапії, емпатійність і міждисциплінарна співпраця, забезпечують якісне супроводження процесу, створюючи умови для гармонійного розвитку дітей.

Індивідуалізація занять із урахуванням статевих, темпераментних і соціальних особливостей дітей підвищує результативність корекції. Наприклад, дівчаткам пропонуються завдання, що стимулюють вербалізацію емоцій, а хлопчикам – активні форми вираження, що відповідає їхнім природним схильностям. Для сором'язливих дітей передбачені індивідуальні сесії, а для активних – динамічні групові завдання. Регулярний розклад, нетоксичні матеріали та атмосфера прийняття без оцінки результатів творчості створюють комфортне середовище, що дозволяє дітям вільно виражати емоції.

Розроблена корекційна програма, розрахована на 8 занять для дітей 4-6 років із середнім і низьким рівнями емоційного стану, продемонструвала свою відповідність поставленим цілям – подоланню страхів, тривожності та невпевненості через активізацію уяви та формування позитивного досвіду взаємодії з емоціями. Програма, структурована на підготовчий, основний і завершальний етапи, включає малювання, бесіди, ігрові вправи та релаксаційні практики, адаптовані до вікових особливостей дошкільнят. Підготовчий етап забезпечив створення довірливої атмосфери, основний – опрацювання страхів через творчість, а завершальний – закріплення навичок

саморегуляції та впевненості, що сприяло емоційній стабільності та соціальній адаптації.

Диференційований підхід до дітей із різними рівнями емоційного стану виявився ефективним: групові завдання для дітей із середнім рівнем сприяли розвитку соціальних навичок, тоді як індивідуальні заняття для дітей із низьким рівнем допомогли знизити тривожність і поступово залучити їх до групової взаємодії. Конкретні ігри стимулювали вираження емоцій і зміцнення довіри. Схвалення за участь і пояснення мети завдань підвищили мотивацію та самооцінку дітей.

Порівняння результатів констатувального та формувального етапів підтвердило ефективність корекційної програми на основі арт-терапії. У групі дітей із середнім рівнем емоційного стану більшість досягли високого рівня, демонструючи зниження тривожності, покращення настрою, розвиток емоційної компетентності та соціальних навичок. У групі дітей із низьким рівнем більшість перейшли на середній рівень, показавши зменшення конфліктності, відстороненості та тривожності, що свідчить про початкову емоційну стабільність і соціальну адаптацію. Позитивна динаміка за всіма методиками та поведінковими показниками підтверджує доцільність арт-терапії.

ВИСНОВКИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ

У роботі досліджено особливості корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії. Результати теоретичного й експериментального дослідження засвідчили досягнення мети, розв'язання поставлених завдань, що є підставою для наступних висновків:

1. На основі аналізу теоретичних джерел встановлено, що емоційні стани дітей дошкільного віку є складним і багатогранним феноменом, що відображає їхнє суб'єктивне ставлення до світу, себе та оточуючих. У цей період формується емоційна стабільність, свідомість і контроль емоцій, а також здатність до передбачення їхніх наслідків, що є основою для розвитку самосвідомості та соціальних навичок. Емоційна сфера дошкільників тісно пов'язана з пізнавальною діяльністю, соціальними взаємодіями та моральним розумінням, що сприяє появі нових мотивів, інтересів і почуттів, таких як радість, допитливість, обов'язок чи співпереживання. Однак емоційна нестабільність, зосередженість на негативних переживаннях чи недостатній розвиток емпатії можуть свідчити про проблеми в психічному розвитку, особливо в дітей із неблагополучних умов.

Емоційні порушення у дошкільників проявляються у формі розладів настрою (ейфорія, депресія, тривожність, страхи), поведінки (гіперактивність, агресія) та психомоторики (амімія, гіпомімія). Основними причинами таких порушень є негативний досвід взаємодії з соціальним оточенням, зокрема конфлікти в сім'ї, неадекватні батьківські підходи чи обмежене спілкування через надмірне використання гаджетів. Ці порушення можуть призводити до високої тривожності, неадекватної самооцінки, агресивності чи замкнутості, що ускладнює соціалізацію та особистісний розвиток. Для їх корекції ефективними є методи імітації емоційних станів, арт-терапія та створення сприятливого педагогічного середовища, яке

враховує індивідуальні потреби дитини та сприяє розвитку емоційної саморегуляції.

2. З'ясовано, що арт-терапія є ефективним психокорекційним методом для подолання емоційних порушень у дітей дошкільного віку, оскільки сприяє самовираженню, гармонізації внутрішнього стану та розвитку емоційної сфери через творчу діяльність. Використання візуальних форм мистецтва, таких як малювання, ліплення чи колажі, дозволяє дітям безпечно виражати свої почуття, знижувати тривожність і долати психологічні бар'єри. Цей метод особливо цінний у роботі з дошкільниками, адже він враховує їхню потребу в креативності, сприяє емоційному вихованню та соціальній інтеграції, а також допомагає дітям з неблагополучних умов чи відставанням у розвитку. В Україні арт-терапія активно застосовується в освітній і соціальній сферах, демонструючи потенціал для підтримки психічного здоров'я дітей, хоча її теоретична база та стандарти ще перебувають у стадії формування.

3. Емпіричне дослідження емоційного стану дітей дошкільного віку, проведене за допомогою методів наукового спостереження та психодіагностичних методик, виявило неоднорідність емоційних проявів у вибірці дітей дошкільного віку. Результати констатувального етапу показали, що 32,1% дітей мають високий рівень емоційного стану, який характеризується стабільним позитивним настроєм, розвиненою емпатією, ініціативністю та здатністю до саморегуляції. Найчисельніша група досліджуваних дітей (46,4%) продемонструвала середній рівень із відносною стабільністю, але з проявами тривожності, невпевненості та залежності від підтримки дорослих. Низький рівень, виявлений у 21,4% дітей дошкільного віку, вказав на значні емоційні труднощі, такі як агресивність, замкненість, тривожність чи відчуття самотності.

Отримані дані підкреслили вплив соціального середовища, зокрема сімейного виховання та взаємодії з однолітками, на формування емоційної сфери дошкільників. Результати методик підтвердили, що діти з низьким і

середнім рівнями емоційного стану мають труднощі з розпізнаванням і регуляцією емоцій, що може бути пов'язано з несприятливими умовами виховання чи обмеженим соціальним досвідом.

4. Розроблено корекційну програму на основі арт-терапії для дітей дошкільного віку 4-6 років із середнім і низьким рівнями емоційного стану, що є комплексним інструментом для подолання емоційних порушень, таких як тривожність, страхи, невпевненість і труднощі в соціальній взаємодії. Програма, що включає 8 занять тривалістю 25-30 хвилин, структурована на підготовчий, основний і завершальний етапи, використовує малювання, ігрові вправи, бесіди та релаксаційні практики, адаптовані до вікових особливостей дітей. Вона спрямована на активізацію уяви, усвідомлення і вираження емоцій, формування позитивного досвіду взаємодії з почуттями та розвиток соціальних навичок через творчу діяльність. Індивідуалізований підхід, з акцентом на групову взаємодію для дітей із середнім рівнем і персональну підтримку для дітей із низьким рівнем, сприяє створенню безпечного простору, зниженню психоемоційного напруження та підвищенню впевненості.

Програма містить арт-терапевтичні техніки, такі як малювання страхів, створення образів захисників чи спільних творчих проєктів, що дозволяють дітям невербально виражати емоції, опрацьовувати страхи та зміцнювати соціальні зв'язки. Релаксаційні вправи та ігрові елементи сприяють емоційній стабільності та довірі до оточення. Впровадження програми забезпечує поступовий прогрес у розвитку емоційної регуляції та соціальної адаптації, створюючи основу для гармонійного психологічного розвитку дошкільників і підкреслюючи ефективність арт-терапії як психокорекційного методу.

5. Порівняння результатів констатувального та формувального етапів дослідження підтвердило ефективність корекційної програми на основі арт-терапії для дітей дошкільного віку із середнім і низьким рівнями емоційного стану. У групі з середнім рівнем 76,9% дітей досягли високого рівня, а

показники за методиками зросли на 20-25%, що вказує на зниження тривожності, підвищення емоційної компетентності, ініціативності та соціальної адаптації. У групі з низьким рівнем 66,7% дітей перейшли на середній рівень, із середнім зростанням показників на 20-35%, зменшенням конфліктності і відстороненості, а також появою світлих кольорів у малюнках, що свідчить про зниження страхів і зростання впевненості. Незначна кількість дітей (23,1% із середнім і 33,3% із низьким рівнем), які залишилися на попередніх рівнях, показали позитивну динаміку (зростання балів на 10–20%), але потребують додаткової корекції. Загалом програма довела свою ефективність у покращенні емоційного стану, соціальних навичок і саморегуляції, підкреслюючи цінність арт-терапії як психокорекційного методу.

Для ефективної корекції емоційних порушень у дітей дошкільного віку рекомендується впроваджувати арт-терапевтичні програми в дошкільних закладах, залучаючи психологів і вихователів-методистів до створення сприятливого середовища, яке враховує індивідуальні потреби дітей. Слід забезпечити регулярне навчання фахівців із методик арт-терапії, розробити стандарти їх застосування та інтегрувати ці заняття в освітній процес. Для дітей із низьким рівнем емоційного стану доцільно поєднувати індивідуальні та групові заняття, а також залучати батьків до співпраці для посилення позитивного впливу сімейного виховання. Подальші дослідження варто спрямувати на вдосконалення діагностичних інструментів і довгострокову оцінку впливу арт-терапії на психоемоційний розвиток дітей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Антонова Є. В., Томашевська О. А. Вивчення емоційних порушень через образотворчу діяльність у дітей старшого дошкільного віку. *Молодий вчений*. 2015. № 6 (86). С. 560-564.
2. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології / під ред. О. Тиунової, Т. Шейкіної. Київ-Тернопіль : ЕЕАТА, 2018. 200 с.
3. Байєр О. М. Соціально-емоційний розвиток та формування життєвих навичок у дошкільників. *Світ ХХІ сторіччя : модернізація освіти та цінності дитинства* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя. 18-25 квітня 2016 р) Запоріжжя 2016. URL: http://svit21storichya.blogspot.com/p/blog-page_78.html (дата звернення 30.03.2025).
4. Бахарева А. Розвиток емоційної сфери дитини за допомогою казки. *Практичний психолог: Дитячий садок*. 2015. № 12. С. 8-13.
5. Блозва А. І. Корекція емоційної сфери дошкільника засобами гри : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 12.00.16. Київ, 2014. 26 с.
6. Бондар Л. М. Використання методів арт-терапії в роботі з дітьми дошкільного віку. *Педагогічний пошук*. 2014. № 1. С. 54-57.
7. Бриндіков Ю. Л. Арт-терапія : суть, можливості роботи з військовослужбовцями учасниками бойових дій. *Науковий вісник Ужгородського університету. Педагогіка. Соціальна робота*. 2017. № 2 (41). С. 42-45
8. Веракса О.М. Індивідуальна психологічна діагностика дитини 5-7 років. *Мозаїка-Синтез*, 2014. № 1. С. 81-82.
9. Войтко В. В. Емоційні порушення в дитячому віці та їх корекція : метод. реком. Кіровоград : КЗ «КОІППО» ім. В. О. Сухомлинського, 2016. 60 с.
10. Галіцина Л. Застосування арт-терапевтичних технік для зниження

тривожності у дітей. *Практичний психолог: Дитячий садок*. 2015. № 10. С. 16-24.

11. Гогоберідзе А. Г., Вербовська В. С. Емоційна чуйність дитини як маркер унікальності та самоцінності дошкільного дитинства. *Дитячий садок: теорія та практика*. 2016. № 1 (61). С. 100-107.

12. Головатюк І. Г. Теоретичні основи застосування арт-терапії у процесі професійної підготовки фахівців. *Молодий вчений. Педагогічні науки*. 2017. № 7 (47). С. 276-278

13. Гордєєва О.В. Розвиток мови емоцій у дітей. *Питання психології*. 2012. № 2. С.114-115.

14. Гріньова О. М., Терещенко Л. А. Дитяча психодіагностика : навч.-метод. посіб. Вінниця : Нілан-ЛТД, 2015. 227 с.

15. Державний стандарт дошкільної освіти : особливості впровадження / упоряд. : О. Г. Косенчук, І. М. Новик, О. А. Венгеловська, Л. В. Куземко. Харків : Вид-во «Ранок», 2021. 240 с.

16. Дуткевич Т.В. Дошкільна психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 392 с.

17. Єжкова Н. С. Соціалізація дошкільнят через розвиток уявлень про емоціях та емоційних станах. *Дошкільна педагогіка*. 2015. № 5 (110). С. 9-13.

18. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / упоряд. І. В. Молодушкіна. Харків : Вид. група «Основа», 2011. 207 с.

19. Іванова В. В. Емоційне благополуччя дитини як передумова розвитку її емоційної стійкості. *Гуманітарні та суспільні науки*. 2015. № 4. С. 53-59.

20. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії : навч.-метод. посіб. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.

21. Капустюк О. Щоденник спостережень за емоціями. *Практичний психолог: Дитячий садок*. 2018. № 5. С. 14-21.

22. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості : монографія. Київ : Либідь, 2007. 256 с.

23. Козирська І. М., Нижегородова Л. А. Розвиток емоційної сфери дошкільнят засобами музикотерапії. *Науково-методичний Електронний журнал Концепт*. 2016. Т. 15. С. 1166-1170.
24. Кононко О. Л. Дошкільна педагогіка : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2010. 255 с.
25. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Київ, 2001. 37 с.
26. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості (в дошкільному дитинстві) : навч. посіб. Київ : Освіта, 1998. 255 с.
27. Крижанівська А. А. Вираз емоцій дітьми дошкільного віку малюнках за допомогою технік педагогічної арт-терапії. *Друковане видавництво InSitu*. 2016. № 6. С. 60-62.
28. Кротенко В. І., Стрілець К. С. Психологічна корекція емоційних порушень у дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії (у проєктивному ключі). *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2015. Вип. 29. С. 190-196. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2015_29_34 (дата звернення 21.02.2025).
29. Кучеренко Ж. Емоційний інтелект дошкільників: шляхи розвитку. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2016. № 7. С. 54-59
30. Лапченко І. О. Емоційне ставлення до себе та ровесників як чинник особистісного розвитку дитини дошкільного віку : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2006. 237 с.
31. Лімонцева Г. В. Арт-терапія як засіб корекції тривожності дітей старшого дошкільного віку. *Психологія та педагогіка: методика та проблеми практичного застосування*. 2015. № 47. С. 26-31.
32. Луців-Шумська Н. О., Магдисюк Л. І. Арт-терапія як засіб психологічної допомоги молодшим школярам з порушеннями емоційної сфери. *Актуальні питання самореалізації особистості*. URL: <https://www.inforum.in.ua/conferences/23/68/538> (дата звернення 21.02.2025).

33. Маратканова Є. В., Єгорова Е. Б. Розвиток навичок розпізнавання емоцій дітьми дошкільного віку. *Теоретичні та прикладні аспекти сучасної науки*. 2015. № 8-4. С. 118-125.
34. Мардер Л. Кольоровий світ. Групова арт-терапевтична робота з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку. *Генеза*. 2012. № 2. С. 73.
35. Мельничук І. В. Генеза емоційних особливостей у сучасних дітей. *Наука і освіта*. 2002. № 5. С. 42-44.
36. Мойзріст О. Вивчаємо особливості емоційного стану дитини. *Практичний психолог : Дитячий садок*. 2017. № 9. С. 15-22.
37. Набатнікова Л. П., Каліш І. В. Дослідження тривожних емоційних станів у дітей дошкільного віку методами арт-терапії. *Системна психологія та соціологія*. 2015. № 4 (16). С. 35-45.
38. Олійник О. О. Особливості емоційного розвитку та умови формування емоційної культури дітей старшого дошкільного віку засобами театралізованих ігор. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. 2013. № 47. С. 167-173.
39. Програма розвитку дитини від народження до шести років «Я у Світі» / за заг. наук. ред. Кононко О. Л. Київ : МЦФЕР, 2019. 488 с.
40. Психологічне здоров'я дошкільників / уклад. Т. І. Прищеп. Харків : вид. група «Основа», 2010. 239 с.
41. Романюк М. Розвиваємо емоційну сферу дошкільників. *Практичний психолог : Дитячий садок*. 2021. № 2. С. 14-15.
42. Терещенко Л. А., Карабаєва І. І. Психологічні особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку *Актуальні проблеми психології Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія*. 2019. Вип. 33. С. 214-234.
43. Трофаїла Н. Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського*. 2014. № 1. С. 78-82.

44. Устимець А. В. Чудова подорож до казки (програма емоційного розвитку дітей із порушеннями зору старшого дошкільного віку). *Регіональна освіта : найсучасніші тенденції*. 2011. № 2 (14). С. 44-52.
45. Чулкова Н. А., Іванова В. А. Можливості використання методів арт-терапії у зниженні тривожності дітей дошкільного віку. *Науковий альманах*. 2015. № 10-4 (12). С. 459-461.
46. Case C., Dalley T. The Handbook of Art Therapy. *ATOL*. 2014. URL: <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781315779799/handbook-art-therapy-caroline-case-tessa-dalley> (дата звернення 16.03.2025).
47. Frankl V. E. Man's Search for Meaning. 1985. URL: <http://www.psychiatry.ru/lib/55/book/116> (дата звернення 28.03.2025).
48. Rubin J. A. Art Therapy. Newsletter of the American Art Therapy Association (AATA). 1999. 123 p.
49. Working with children in art therapy / Case, C., & Dalley, T. (Eds.). Tavistock/Routledge. 1990. URL: <https://psycnet.apa.org/record/1990-98091-000> (дата звернення 16.03.2025).

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Паровозик» С. Велієва

Мета: дозволяє визначити особливості емоційного стану дитини: нормальний або знижений настрій, стан тривоги, страху. Обладнання: білий паровозик і 8 різнокольорових вагончиків (червоний, жовтий, зелений, синій, фіолетовий, сірий, коричневий, чорний). Вагончики безладно розміщуються на білому фоні.

Процедура дослідження: Дитині надається інструкція:

“Розглянь всі вагончики. Давай побудуємо незвичайний поїзд. Першим постав вагончик, який тобі здається найкрасивішим. Тепер вибери з решти найкрасивіший, і т. д.” Необхідно, щоб дитина утримувала всі вагончики в полі зору. Чим молодша дитина, тим частіше повторюється інструкція, одночасно обводяться рукою залишені вагончики.

Фіксуються: позиція кольору вагончиків; висловлювання дитини у таблиці.

1 бал	Колір	Позиція	2 бали	Колір	Позиція	3 бали	Колір	Позиція
	Фіолетовий	2		Фіолетовий	1		Фіолетовий	1
	Чорний	3		Чорний	2		Чорний	1
	Сірий	3		Сірий	2		Сірий	1
	Коричневий	3		Коричневий	2		Коричневий	7
	Червоний	6		Червоний	7		Червоний	8
	Жовтий	6		Жовтий	7		Жовтий	8
	Зелений	6		Зелений	7		Зелений	8
				Синій	8			

1 бал – якщо дитина поставила вагончик фіолетового кольору на другу позицію; чорний, сірий, коричневий – на третю; червоний, жовтий, зелений – на шосту.

2 бали – якщо дитина поставила вагончик фіолетового кольору на першу позицію; чорний, сірий, коричневий – на другу; червоний, жовтий, зелений – на сьому, синій – на восьму.

3 бали – присвоюється, якщо чорний, сірий або коричневий вагончик поставлений на першу позицію; синій – на сьому; червоний, жовтий, зелений – на восьму позицію.

Якщо в результаті підсумовування отриманих даних, балів виявляється менше трьох, то психічний стан оцінюється як позитивний, при 4-6 балах – як негативний психічний стан низького ступеня (НПС нс); при 7 – 9 балах - як НПС середнього ступеня; більше 9 балів – НПС високого ступеня.

Кількісний аналіз отриманих емпіричних даних передбачав декілька послідовних кроків. Отримані абсолютні дані переводилися у відносні, тобто були представлені як виражене у відсотках відношення отриманої оцінки кожного показника до максимально можливої.

На основі одержаних, таким чином, індивідуальних оцінок показників кожного явища, що вивчалось, визначались середні арифметичні оцінки цих показників для всіх груп досліджуваних за формулою:

$$\mu = (x_1 p_1 + x_2 p_2 + \dots + x_n p_n) / (p_1 + p_2 + \dots + p_n) = \Sigma x_p / \Sigma p,$$

де: x_1, x_2, x_n – варіанти;

p_1, p_2, p_n – частоти варіантів;

Σx_p – сума добутків варіантів на їх частоту;

Σp – сума частот.

Графічна методика «Кактус» (М.А.Панфілова)

Методика призначена для дослідження емоційно-особистісної сфери дітей дошкільного, молодшого шкільного віку і підлітків.

Процедура проведення. При проведенні діагностики випробуваному видається аркуш паперу форматом А4 і простий олівець (дошкільникам – кольорові олівці).

Інструкція: «На аркуші паперу намалюй кактус – таким, яким ти його собі уявляєш». Питання і додаткові пояснення не допускаються.

Обробка даних.

При обробці результатів беруться до уваги дані, які відповідають усім графічним методам, а саме:

- просторове положення
- розмір малюнка
- характеристики ліній
- сила натиску на олівець

Крім того, враховуються специфічні показники, характерні саме для даної методики:

- характеристика «образу кактуса» (дикий, домашній, жіночний і т.д.)
- характеристика манери малювання (промальовані, схематично і пр.)
- характеристика голок (розмір, розташування, кількість)

Інтерпретація результатів.

Інтерпретація результатів: за результатами опрацьованих даних по малюнку можна діагностувати якості особистості випробуваної дитини:

– Агресивність – наявність голок, особливо їх велика кількість. Сильно стирчать, довгі, близько розташовані один до одного голки відображають високий ступінь агресивності.

– Імпульсивність – уривчасті лінії, сильний натиск.

– Егоцентризм, прагнення до лідерства – великий малюнок, розташований в центрі листа.

- Невпевненість в собі, залежність – маленький малюнок, розташований внизу листа.
- Демонстративність, відкритість – наявність виступаючих відростків в кактусі, химерність форм.
- Скритність, обережність – розташування зигзагів по контуру або всередині кактуса.
- Оптимізм - зображення «радісних» кактусів, використання яскравих кольорів у варіанті з кольоровими олівцями.
- Тривожність – переважання внутрішньої штрихування, переривчасті лінії, використання темних кольорів у варіанті з кольоровими олівцями
- Жіночність – наявність м'яких ліній і форм, прикрас, квітів.
- Екстравертивність – наявність на малюнку інших кактусів або квітів.
- Інтровертивність – на малюнку зображено тільки один кактус.
- Прагнення до домашнього захисту, почуття сімейної спільності - наявність квіткового горщика на малюнку, зображення домашнього кактуса.
- Відсутність прагнення до домашньої захисту, почуття самотності - зображення дикорослого, пустельного кактуса.

Після завершення малюнка дитині в якості доповнення можна задати питання, відповіді які допоможуть уточнити інтерпретацію:

1. Цей кактус домашній або дикий?
2. Цей кактус сильно колеться? Його можна помацати?
3. Кактусу подобатися, коли за ним доглядають, поливають, удобрюють?
4. Кактус росте один або з якоюсь рослиною по сусідству? Якщо зростає з сусідом, то, яке це рослина?
5. Які у кактуса є сусіди?
6. Коли кактус підросте, то, як він зміниться (голки, обсяг, відростки)?

Протокол проведення та аналіз тесту «Кактус»

П.І. дитини _____, вік _____

Група/клас _____ дата проведення _____

Коротка обробка графічної інформації	Висновок
1. Просторове положення, розмір малюнка	
малюнок в центрі	нормальний рівень самооцінки, відсутність

	незадоволеності своїм становищем і якихось особливих вимог
великий малюнок (чим більше - тим більше виражено)	егоцентризм, прагнення до лідерства, наполягання на своїй думці як єдино вірної
маленький малюнок, розташований внизу листа (чим нижче - тим менш виражено)	невпевненість в собі, залежність
малюнок розташований вгорі (чим сильніше - тим більше виражено)	високий рівень самооцінки
зрушення вліво (чим сильніше - тим більше виражено)	інтровертивність
зрушення вправо (чим сильніше - тим більше виражено)	екстравертивність
2. Характеристики ліній і сили натиску на олівець	
сильний натиск на олівець, уривчастість ліній, використання внутрішнього штрихування (чим більше - тим сильніше виражено)	схильність до імпульсивності, тривожності, пригніченості настрою
форма кактуса проста	немає яскраво виражених відхилень в ту чи іншу сторону
форма кактуса хитромудра, кумедна і вітиувата (чим більше - тим сильніше виражено)	демонстративність і наїграність характеру
розташування зигзагів по контуру або всередині кактуса	скритність, обережність, замкнутість, нетовариськість, ухильність, обережність
використання темних кольорів у варіанті з кольоровими олівцями	тривожність
зображення «радісних» кактусів, використання яскравих кольорів у варіанті з кольоровими олівцями	оптимізм
наявність м'яких ліній і форм	жіночність, м'якість
тонкі лінії, певна «легкість» натиску, вільність ліній в малюнку, присутність елементів, які надають кактусу привабливість	поступливий, м'який характер особистості, почуття гумору, позитивний настрій, відкритість
3. Характеристика «образу кактуса» (дикий, домашній, жіночий і т.д.)	
зображення дикорослого, пустельного, і окультуреного кактуса	відсутність прагнення до домашнього захисту, почуття самотності усвідомлено вбраної або вимушеної
наявність квіткового горщика на малюнку, зображення домашнього кактуса	прагнення до домашньої захисту, домашнього затишку, почуття сімейної спільності
кактус «росте» на малюнку «з нізвідки», тобто відсутня навіть найменша основа	в реальності немає опори у вигляді домашнього затишку, має проблеми з близькими людьми і підсвідомо відчуває неприйняття, відторгнення, брак домашньої захищеності
наявність на малюнку інших кактусів або квітів	екстравертивність
на малюнку зображений тільки один кактус	інтровертивність

4. Характеристика манери малювання (промальовані, схематичні тощо)	
уривчасті лінії, сильний натиск	імпульсивність
наявність прикрас, квітів	жіночність, м'якість
наявність виступаючих відростків в кактусі, химерність форм	демонстративність, відкритість
5. Характеристика голок (розмір, розташування, кількість)	
наявність голок, особливо їх велика кількість. Сильно стирчать, довгі, близько розташовані один до одного (чим сильніше і більше - тим більше виражено)	високий ступінь агресивності, ворожості
Помірна кількість і довжина голок певного роду	захист від навколишнього середовища, необхідна для збереження цілості особистості
6. Наявність «діток» на кактусі	
«дітки» на кактусі (найчастіше «дітки» зустрічаються на «одомашнених» кактусі)	сімейні стосунки емоційно сприятливі, прагнення до створення сім'ї
7. Ставлення до завдання	
інтерес до завдання, насагу, окремі радісні репліки дитини	сприятливий психоемоційний стан дитини на момент обстеження
наявність м'яких ліній і форм, прикрас, квітів	жіночність, м'якість
8. Присутність додаткових елементів	
написи, підписи під малюнками, пояснення, а також інші тварини, рослини і т.д.	

Висновок: _____
