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

До захисту допустити

В.о. завідувача кафедри

_____В.Є. Харагірло
підпис

_____
дата

МАГІСТЕРСЬКА РОБОТА

на тему: «Психологічні засади розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку
(на прикладі Хотівського ДНЗ «Струмочок»)»

ЗАЇКІНОЇ АННИ МИХАЙЛІВНИ

Спеціальність 053 «Психологія»

Керівник: Верченко Н.В., кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту

Дата захисту 22.02.2021

Оцінка 90 А (Відмінно)

Протокол № 1

Біла Церква 2021

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
УНІВЕРСИТЕТ МЕНЕДЖМЕНТУ ОСВІТИ
БІЛОЦЕРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ НЕПЕРЕРВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра педагогіки, психології та менеджменту
Спеціальність 053 «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о.завідувача кафедри_____
В.Є. Харагірло
"__"_____2020__р.

ЗАВДАННЯ
на магістерську роботу:
Заїкіної Анни Михайлівни

1. Тема роботи: «Психологічні засади розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку (на прикладі Хотівського ДНЗ «Струмочок»)».

Затверджена наказом по БІНПО від "05" жовтня 2020р.
№ 01-01/78-О.Д.

2.Термін подання студентом завершеної роботи_____

3.Цільова установа на вихідні дані до роботи: Хотівський ДНЗ «Струмочок».

4.Перелік графічного матеріалу:

1) Загальний емоційний стан
2) Рівні емоційної сфери у дошкільників старшого дошкільного віку;
3) Вибір кольору за методикою Люшера
4) Рівні прояву агресивності старших дошкільників
5) Рівні прояву тривожності старших дошкільників;
6) Динаміка позитивного впливу арт-терапевтичних методів для корекції емоційних розладів дошкільників

5. Зміст магістерської роботи (перелік питань, що їх належить розробити):

а) теоретична частина:

- уточнити поняття емоційний розвиток дошкільників;
- проаналізувати психологічні особливості емоційного розвитку дошкільників та можливих порушень;

б) дослідницько-аналітична частина:

- емпірично дослідити особливості емоційний розвиток дошкільників.
- визначити особливості застосування арт-терапевтичних прийомів та методів ;

в) проектно-рекомендаційна частина:

- створити та експериментально перевірити комплекс арт-терапевтичних методів;

6. Календарний план виконання роботи

Розділ	Назва етапів магістерської роботи	Термін виконання етапів	
		За планом	Фактично
1	Збір необхідної інформації, вивчення та аналіз літературних та періодичних джерел з обраної тематики	10.10.2020 р. – 30.10.2020 р.	10.10.2020 р. – 30.10.2020 р.
	Дослідження теоретичних засад емоційного розвитку дошкільників	02.11.2020р. – 01.12.2020 р.	02.11.2020р. – 01.12.2020 р
2	Емпіричне дослідження особливостей емоційного розвитку за основними показниками	02.12.2020 р. – 15.12.2020 р.	02.12.2020 р. – 15.12.2020 р.
	Визначення внутрішньо сімейних стосунків, стресостійкості та основних показників розвитку емоційної сфери	02.12.2020 р. – 15.12.2020 р..	02.12.2020 р. – 15.12.2020 р
3	Створення комплексу кореційної роботи та проведення корекційної роботи з розвитку емоційної сфери дошкільників	16.12.2020 р. – 29.12.2020 р.	16.12.2020 р. – 29.12.2020 р
	Визначення ефективності корекційної роботи з старшими дошкільниками	29.12.2020 р. – 30.12.2020 р.	29.12.2020 р. – 30.12.2020 р..
1-3	Кількісна та якісна обробка отриманих даних, аналіз матеріалів дослідження	7.01.2021 р. – 27.01.2021 р.	7.01.2021 р. – 27.01.2021 р.
	Оформлення магістерської роботи на здобуття ступеня магістра	28.01.2021 р. – 08.02.2021 р.	28.01.2021 р. – 08.02.2021 р.

7. Дата видачі завдання “_____” _____2020 р.

Керівник роботи _____ Верченко Н.В.
(підпис) (прізвище, ініціали)

Завдання прийняв до виконання

Здобувач освіти _____ Заїкина А.М.
(підпис) (прізвище, ініціали)

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

В І Д Г У К

Керівника на магістерську роботу Заїкіної Анни Михайлівни.
Тема магістерської роботи: «Психологічні засади розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку(на прикладі Хотівського ДНЗ «Струмочок»)».
Загальна характеристика магістерської роботи.

Дослідження має істотну науково-практичну цінність, охоплює широке коло теоретичних і прикладних положень щодо розвитку емоційної сфери дошкільників. Актуальним питанням цієї роботи є відображення в ній теоретичних, дослідницько-аналітичних і проектно-рекомендаційних положень щодо корегування емоційного розвитку дошкільників та корегування відхилень за допомогою арт-терапії.

Крім цього, не менш важливим питанням, що заслуговує на належну увагу є ряд розкритих науково-практичних питань у вищевказаній роботі, а саме:психологічні особливості емоційного розвитку особистості в дошкільному віці, емоційні порушення у дітей дошкільного віку, їх причини та наслідки особливості застосування методів психологічної корекції та профілактики емоційно - психологічних станів в роботі з дітьми дошкільного віку.

Емпірично досліджено розвиток емоційної сфери старшого дошкільника: експресивні реакції, якість емоційних станів дитини під час виконання нею різних видів діяльності, у різних життєвих ситуаціях; динамічні особливості емоційних проявів, активність; здатність усвідомлювати власні емоційні стани; здатність до розпізнавання емоційно-почуттєвих станів інших; здатність до відгуку на емоційні стани інших.
Висновки, оцінка магістерської роботи та пропозиції.

Отже, дана магістерська робота є завершеним самостійним науковим дослідженням, в якій не виявлено академічного плагіату, і відповідає всім вимогам щодо підготовки таких робіт, а тому її автор заслуговує високу позитивну на оцінку .

Керівник магістерської роботи: кандидат біологічних наук, доцент.

Верченко Н.В._____03.02.2020 р.

РЕФЕРАТ

Тема «Психологічні засади розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку(на прикладі Хотівського ДНЗ «Струмочок»)»

Магістерська робота: 115 с, 4 рис, 2 табл., 3 додатків, 65 літературних джерел.

Об'єкт дослідження - емоційна сфера.

Мета роботи полягає в теоретичному та емпіричному аналізі проблеми емоційних станів та засобів їх корекції, а також у вивченні можливостей використання арт-терапевтичних методів для профілактики та корекції емоційних станів дітей дошкільного віку.

Методи дослідження - загальнонаукові теоретичні методи: аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення; методи емпіричного дослідження: спостереження, анкетування, тестування; метод активного соціально-психологічного навчання, що включає такі методики: психоаналіз комплексу тематичних малюнків, робота з використанням неавторського малюнка та предметної моделі, структурно-семантичний аналіз емпіричного матеріалу; статистичні:кількісний і якісний аналіз одержаних експериментальних даних дослідження.

Досліджено та запропоновано заходи арт-терапевтичної роботи для профілактики і корекції відхилень емоційного розвитку дітей, які були впроваджені у процес діяльності психолога Хотівського ДНЗ «Струмочок» Київської області.

Результати проведеного дослідження особливостей формування емоційної сфери дітей дошкільного віку засобами арт-терапії, можуть бути використані як основа для проведення подальших досліджень, а також при підготовці рекомендацій та науково-методичних порад для фахівців з проблем емоційного розвитку дітей дошкільного віку.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ (НА ПРИКЛАДІ ХОТІВСЬКОГО ДНЗ «СТРУМОЧОК»)

АНОТАЦІЯ

У роботі визначено та обґрунтовано підходи до емпіричного аналізу проблеми розвитку емоційних станів дітей дошкільного віку та засобів їх корекції. Акцентовано увагу на: психологічних особливостях емоційного розвитку особистості та емоційних порушеннях у дітей дошкільного віку.

Проведене дослідження емоційної сфери дошкільників. Розроблений, запропонований та апробований комплекс методів організації арт-терапевтичної роботи для профілактики та корекції відхилень емоційного розвитку дітей. Це дозволить досягати більших успіхів у розвитку та корекції емоційної сфери дітей дошкільного віку.

Ключові слова: емоційна сфера дітей дошкільного віку; емоційні порушеннях дітей; розвиток емоційно- психологічної сфери дошкільників; арт - терапевтична робота

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА (НА ПРИМЕРЕ ХОТОВСКОГО ДНЗ «СТРУМОЧОК»)

АННОТАЦИЯ

В работе определены и обоснованы подходы к эмпирическому анализу проблемы развития эмоциональных состояний детей дошкольного возраста и средства их коррекции.

Акцентировано внимание на психологических особенностях эмоционального развития личности и эмоциональных нарушениях детей в дошкольном возрасте.

Проведенное исследование эмоциональной сферы дошкольников. Разработан, предложенный и апробированный комплекс методов организации арт-терапевтической работы для профилактики и коррекции отклонений

эмоционального развития детей. Это позволит достигать больших успехов в развитии и коррекции эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

Ключевые слова: эмоциональная сфера детей дошкольного возраста; эмоциональные нарушениях детей; развитие эмоционально-психологической сферы дошкольников; арт - терапевтическая работа

PSYCHOLOGICAL FUNDAMENTALS OF PRESCHOOL CHILDREN'S EMOTIONAL SPHERE DEVELOPMENT

SUMMARY

Approaches to empirical analysis of the problem of emotional states development of preschool children, means of their correction are defined and substantiated in the presented work

Emphasis is made on: psychological features of personal emotional development and emotional disorders of children in preschool age.

The research of emotional sphere of preschool children was carried out. The complex of methods of art-therapeutic work organization for prevention and[1] correction deviations of children's emotional development is developed, proposed and tested. It will allow to reach greater success in development and correction of the emotional sphere of preschool children.

Keywords: *emotional sphere of preschool children; emotional disorders of children; emotional and psychological sphere development of preschool ch ildren; art - therapeutic work.*

ЗМІСТ

ВСТУП 10

1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ 15

1.1. Психологічні особливості емоційного розвитку особистості в дошкільному віці 15

1.2. Психологічні чинники емоційних порушень у дітей дошкільного віку 24

1.3. Особливості застосування методів психологічної корекції та профілактики емоційних станів в роботі з дітьми дошкільного віку 34

Висновки до розділу 1 43

2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 45

2.1. Завдання, методика й організація констатувального етапу дослідження 45

2.2. Аналіз та узагальнення результатів дослідження емоційного розвитку дошкільників 48

Висновки до розділу 2 57

3. АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНА РОБОТА ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ РОЗЛАДІВ ДОШКІЛЬНИКА 59

3.1. Мета, завдання та організація формувального етапу дослідження 59

3.2. Особливості використання методів арт-терапії у корекційній роботі з старшими дошкільниками 63

3.3. Аналіз та узагальнення результатів дослідження 93

Висновки до розділу3 95

ВИСНОВКИ 97

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 101

ДОДАТКИ 107

Додаток А Рекомендації по використанню музичного репертуару для зменшення агресії - слухати драматичну музику з переходом до заспокійливої (повільного характеру) 107

Додаток В КАЗКА ПРО СЕРДИТЕ ЛЕВЕНЯ 108

Додаток С Адаптовані проективні методики для дослідження емоційної сфери дошкільників старшого дошкільного віку 112

Додаток Д Анкета визначення рівня тривожності дошкільника 115

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Модернізація системи освіти України спрямована на входження до загальноєвропейського освітнього простору. Державна програма «Діти України», Закон України «Про дошкільну освіту», Базовий компонент дошкільної освіти в Україні, зміна освітянської парадигми, масштабність і гострота соціальних, економічних, культурних проблем потребують піднесення пріоритету дошкільної освіти. Орієнтація дошкільної освіти на забезпечення всебічного розвитку дітей вимагає урахування його закономірностей, серед яких особлива роль належить емоційній сфері.

Дослідниками було встановлено, що емоційний досвід дитини - це досвід її переживань, який може мати як позитивну, так і негативну забарвленість, що безпосередньо впливає на її актуальне самопочуття. Сучасні наукові дані переконливо показують, що результат позитивно-направленого дитячого досвіду: довіра до світу, відкритість, готовність до співпраці, забезпечують основу для позитивної самореалізації зростаючої особистості.

Для психічного здоров'я дітей необхідна збалансованість позитивних і негативних емоцій, що забезпечує підтримання душевної рівноваги та життєствердної поведінки. Порушення ж емоційного балансу сприяє виникненню емоційних розладів, що призводять до відхилення в розвитку особистості дитини, до порушення у неї соціальних контактів. Ці стани особливо потребують психологічної корекції й профілактики.

В якості ефективних засобів корекції емоційних станів останнім часом дуже добро зарекомендували себе різні напрямки арт-терапії, які самим належним чином допомагають впоратися з виникаючими проблемами, щодо корекції емоційних порушень, поведінкових відхилень й встановлення ефективної комунікації із оточуючими. Саме цими обставинами обумовлена актуальність нашого дослідження, яка стосується вивчення можливостей

корекції емоційно-психологічних станів засобами арт-терапії у дошкільному віці.

Проблема розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку відноситься до числа значущих і недостатньо вивчених в психології. О.В Запорожець, С.Л. Рубінштейн, Л.І. Божович, І.С. Кон, О.І. Кульчицька, Г.М. Бреслау, В.К. Вілюнас, Л.С. Виготський, А.І. Захаров, В.С. Мухіна, Я.З. Неверович, Т.І. Бабаева, В.К. Котирло, МЛ. Буянов, у своїх дослідженнях встановили залежність між порушеннями в емоційній сфері і розвитком особистості в цілому, виявили, що емоційні стосунки з близькими, можливість задоволення емоційних потреб багато в чому визначають особистісний розвиток. Ця тема висвітлена і в сучасних українських періодичних виданнях. Серед науковців, які займаються цією проблемою слід виділити: Кулачківську С., Карпенко Н., Кононко О., та інших.

Проблему впливу арт-терапії на розвиток та корекцію емоційного стану дітей дошкільного віку різнобічно представлено в дослідженнях А. Готсдінера, Є. Іванченка, М. Кисельової, О. Семашка, М. Старчеуса та інших; розглянуто арт-терапію як інструмент прогресивної психолого-педагогічної допомоги (Л. Єрмолаєва-Томіна, М. Кисельова, О. Копитін, М. Костевич, А. Старовойтов та інші); вивчено як компонент навчальної діяльності (О. Вознесенська, О. Деркач, І. Дмитрієва, Л. Карамушка, Л. Мова, О. Плетка, Е. Тараріна та інші); досліджено особливості застосування арт-терапії у процесі роботи з дітьми.

Об’єкт дослідження - емоційна сфера у дошкільному віці.

Предмет дослідження - психологічні засади розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку, її профілактика та корегування.

Мета роботи полягає в теоретичному та емпіричному аналізі проблеми емоційних станів та засобів їх корекції, а також у вивченні можливостей використання арт-терапевтичних методів для профілактики та корекції емоційних станів дітей дошкільного віку.

На основі сформульованої мети визначимо основні завдання, які необхідно розв’язати в процесі виконання роботи:

1. Здійснити теоретичний аналіз емоційних станів дітей дошкільного віку.
2. Вивчити психологічні особливості емоційного розвитку особистості дошкільників.
3. Визначити емоційні порушення, їх причини та наслідки у дітей шкільного віку.
4. Дослідити особливості застосування арт-терапії в роботі з дітьми дошкільного віку.
5. Довести ефективність застосування арт-терапевтичних методів для профілактики та корегування емоційно-психологічної сфери дітей дошкільного віку.

Для реалізації поставлених завдань, досягнення мети, перевірки використовувались: загальнонаукові теоретичні методи: аналіз наукової літератури з проблеми розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку, синтез, порівняння, систематизація, узагальнення; методи емпіричного дослідження: спостереження, анкетування, тестування; метод активного соціально-психологічного навчання, що включає такі методики: психоаналіз комплексу тематичних малюнків, робота з використанням неавторського малюнка та предметної моделі, структурно-семантичний аналіз емпіричного матеріалу; статистичні: кількісний і якісний аналіз одержаних експериментальних даних дослідження.

У ході дослідження було застосовано теоретичний аналіз наукових джерел, порівняння, узагальнення здобутої інформації, на основі якої створена експериментальна арт-терапевгична програма для корекції емоційних порушень у дітей старшого дошкільного віку. Також були застосовані наступні методи і методики: Метод спостереження. Проективна методика “Кінетичний малюнок сім’ї (Р. Берне і С. Кауфман), проективна методика «Кактус» (модифікація Л. Руденко), колірний тест Люшера,

«Анкета визначення рівнів тривожності» та «Анкета визначення рівнів агресивності» (Г. Лаврентьева та Т. Тітаренко)

Експериментальною базою дослідження обрано Хотівський ДНЗ «Струмочок».

Всього в експерименті брало участь 28 дітей старшого дошкільного віку.

Наукова новизна роботи полягає у розширенні визначення сутності емоційної стійкості дошкільників як здатності адаптуватись до надмірного оцінного тиску із збереженням власного стабільного психічного стану та позитивного напрямку емоційних переживань, а також шляхів формування емоційної стійкості засобами арт-терапії, що включають в себе елементи музикотерапії, ізотерапії, казкотерапії, ігротерапії і передбачають використання різних видів мистецької діяльності з метою пробудження художньої творчості, гармонізації психоемоційної сфери та формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку.

Теоретичний аналіз емоційних станів дітей дошкільного закладу доповнився новими даними. Були розширені уявлення о психокорекцію та її можливості при на виправлення недоліків поведінки дитини. Адаптовані методи арт-терапії в роботі з дітьми дошкільного віку у ДНЗ «Стумочок». Отримано хороші позитивні результати при комплексному використання методів психокорекції.

Практичне значення дослідження полягає в тому, запропоновані заходи арт-терапевтичної роботи для профілактики і корекції відхилень емоційного розвитку дітей можуть бути впроваджені у процес діяльності психолога дошкільного навчального закладу. Результати проведеного дослідження особливостей формування емоційної сфери дітей дошкільного віку засобами арт-терапії, можуть бути використані як основа для проведення подальших досліджень, а також при підготовці рекомендацій та науково-методичних порад для фахівців з проблем емоційного розвитку дітей дошкільного віку.

Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо в дослідженні особливостей арт-терапевтичного процесу з дітьми різних вікових категорій в умовах інтегрованої освіти, поглибленому вивченні зв’язків арт-терапії з медико-біологічними та психолого-педагогічними науками.

Запропоновані заходи арт-терапевтичної роботи для профілактики і реакції відхилень емоційного розвитку дітей були впроваджені у процес ності психолога дошкільного підрозділу ОНЗ - Путрівський НВК їврької області.

Інформаційно-аналітичною базою дослідження слугували наукові праці українських і зарубіжних учених стосовно проблеми розвитку емоційного розвитку дітей дошкільного віку (В. Дмитрієва., Л. Виготський, І. Бех та ін), проблеми дослідження особливості затосування арт-терапії у процесі роботи з дітьми (О. Вознесенська, О. Деркач, І. Дмитрієва, Л. Карамушка, О. Тараріна та ін..), а також спостереження.

Структура магістерської роботи. Магістерська робота складається із трьох розділів, 8 підрозділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Повний обсяг магістерської роботи 115 сторінок машинописного тексту, з них 90 сторінок основного змісту 2 таблиці. У списку використаних джерел 65 найменувань.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ У ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

1.1. Психологічні особливості емоційного розвитку особистості в дошкільному віці

У сучасному освітньому просторі затребуваним є вивчення закономірностей та особливостей світосприйняття дитини дошкільного віку, розвитку її емоційної сфери оскільки дошкільний вік - первинний етап соціалізації дитини. Це період долучення до загальнолюдських цінностей, час встановлення перших взаємин з людьми, період бурхливого розвитку емоційної сфери, яка має величезний вплив на особистісний розвиток дитини, на оволодіння нею різноманітними видами діяльності. Впродовж дошкільного дитинства емоції розвиваються, ускладнюються і набувають інтелектуалізованого характеру.

Відомий вітчизняний психолог В. В. Зіньківський писав: «Психічна організація дитинства виключно прекрасна, і цією красою і грацією своєї дитинство зобов'язана тієї безпосередності, коріння якої лежить у переважному розвитку емоційної сфери» [24, с. 56]. Психологи підкреслюють, що однією з умов виникнення у дітей старшого дошкільного віку складних емоцій є взаємозв’язок і взаємозалежність емоційних і пізнавальних процесів - двох найбільш важливих сфер їхнього психологічного розвитку.

Дитина живе у с в трьох основних вимірах - фізичному, емоційному і розумовому. Саме в них вона виявляє себе в житті: у фізичному - вчинками, діями; у почуттєвому - щиросердечними проявами, бажаннями; у розумовому - думками, судженнями. Таким чином, процеси виховання і навчання стосуються усіх виділених аспектів розвитку особистості одночасно. Як справедливо вказували Л. С. Виготський, А. В. Запорожець, тільки

погоджене функціонування емоційної і розумової систем, їхня єдність може забезпечити успішне виконання будь-яких форм діяльності [9, с. 37]. Думку Л.С. Вигоського підтримав К. Є. Ізард: «Емоції енергетують і організують сприйняття, мислення і дію» [28с, 42]

У дошкільному віці емоції дитини вже опосередковуються його ставленням до тих чи інших явищ. Внаслідок появи опосередкованості емоцій, вони стають більш узагальненими, усвідомленими, керованими. Емоції у функції передбачення включаються у внутрішні механізми і забезпечення супідрядності мотивів як важливий їх компонент. Відбувається інтенсивний розвиток вищих почуттів у процесі виконання різних видів діяльності малюка - трудової, продуктивної, ігрової. Особливістю вищих почуттів є їх тісний взаємозв’язок (О.В.Запорожець, В.К.Котирло, Т.О.'Піроженко, Ю.О.Приходько, Т.М.Титаренко та ін.).

Проблема емоційного розвитку дітей дошкільного віку, на сучасному етапі, все частіше привертає увагу педагогів і психологів. Дошкільник не вміє самостійно виражати свої почуття, емоційні переживання без спеціальної освіти, так як здатність довільно керувати своїми діями і діями складається протягом усього дошкільного дитинства. Емоції ходять шлях прогресивного розвитку, набуваючи все більш багатий зміст і все більш складні форми прояву під впливом соціальних умов життя і виховання. Емоційний розвиток дошкільника пов'язаний, насамперед, з появою в нього нових інтересів, мотивів і потреб. Інтенсивно починають розвиватися соціальні емоції і моральні почуття. Зміни в емоційній сфері пов'язані з розвитком не тільки мотиваційної, а й пізнавальної сфери особистості, самосвідомості. Дитина живе емоціями, керується ними при виборі способів поведінки. Емоції супроводжують дитячі відчуття, практичні дії, , регулюють розумову діяльність, роблять навколишній світ різноманітним, прекрасним і значущим. Завдяки емоціям дитинство залишається незабутнім періодом життя. Невипадково П. П. Блонський писав: «Спогади дитинства - це завжди спогади - почуття і спогади-образи». Емоції - це специфічна форма взаємодії

людини з навколишнім світом з середовищем,спрямована на пізнання світу та свого місця в ньому через саму себе. Ця специфічність виявляється в суттєвих якостях позитивного і негативного полюсів емоцій. На думку С.Л. Рубінштейна в емоційних проявах особистості можна виділити три сфери: її органічне життя, інтереси матеріального порядку та її духовні, моральні потреби. Він позначив їх як органічну (афективно-емоційну) чутливість,предметні почуття й узагальнені світоглядні почуття. Згідно з трьохвимірною теорією емоцій В. Вундта, в емоціях присутні полярність приємного і неприємного, протилежності напруження і розрядки,збудження і пригніченості. Поряд із збудженою радістю (радістю-тріумфом) існує радість спокійна (радість - умиротворення, радість – зворушення і радість напружена, радість палкої, жагучої події радість тремтливого очікування). Наші відчуття ніби створюють зв’язок, який утворюється між нашими уявленнями.

Загальновідомо, що особистість дитини починає розвиватися в дошкільному віці, причому цей процес тісно пов’язаний з розвитком емоційної сфери, із розвитком інтересів та мотивів поведінки, що відповідно, детерміновано соціальним оточенням, передусім типовими для даного етапу розвитку взаєминами з дорослими. Розвиток значної частини емоційного досвіду дитини, зокрема динаміки експресивних дій, адекватності емоційного реагування, розвитку емпатії, саморегуляції, а також виразності особистісних особливостей загальної емоційності, тривожності, сенситивності, стурбованості відбуваються переважно під впливом саме цих факторів у дошкільному періоді. У зв’язку з цим, деякі дослідники висловлюють припущення про те, що особливості розвитку емоційної сфери дитини детермінуються конкретними умовами її виховання. І чим повнішим є соціальний статус цих умов, тим більш сприятливим є розвиток емоційної сфери дитини. Психологи наголошують, що немає правильних і неправильних почуттів і емоцій, усі вони відіграють важливу роль в житті дитини. І що не менш важливо - емоції дитини дають самим дітям і дорослим

інформацію про їхній стан. Позитивні емоції, такі як радість, задоволення, довіра, дають дітям відчуття безпеки та надійності. Завдяки цим емоціям діти відчувають, що в їхньому світі все гаразд, вам допомагають набувати нового досвіду і повторювати набуте. Від інших емоцій їм погано, бо вони попереджують про небезпеку і незадоволеність. Вони попереджують про те, що щось не так. Гнів означає, що дитині трапилася перешкода. Сум призводить до зниження енергії і дає час для того, щоб адаптуватися до втрати чи розчарування. Страх спонукає дітей до захисту. Тепло і ласка свідчать дітям про те, що їх люблять і цінують [20, с 62-63]. За період дитинства особливості емоцій (їх сила, протяжність, стійкість) змінюються в зв'язку зі змінами загального характеру провідної діяльності дитини і її мотивів, а також в зв’язку з ускладненням стосунків дитини з довколишнім світом. Разом з переживанням задоволення чи незадоволення, пов’язаних із задоволенням безпосередніх бажань, у дитини виникають більш складні відчуття, викликані тим, наскільки добре вона виконала свої обов’язки, яке значення мають її дії для інших людей і в якій мірі дотримується вона норм і правил поведінки [20, с. 105]. Важливим новим фактом емоційної сфери дошкільника стає переживання з приводу можливої реакції дорослих на його дії та вчинки: «що скаже мама?», «батько буде сваритись». Таким чином, емоції дошкільника включаються у внутрішні механізми забезпечення супідрядності мотивів як важливий їх компонент. Маючи досить різноманітний досвід спілкування за допомогою мовлення, дитина засвоює навички вираження емоцій в єдності вербальних та невербальних засобів. Спочатку у спілкуванні переважають невербальні засоби вираження емоцій (міміка, виразні рухи, крик, плач), а до кінця дошкільного віку дитина вміє позначити свій емоційний стан у мовленні. З метою розвитку емоційної сфери необхідно передбачити гармонійне виховання різних почуттів і емоцій, а також формувати в дитини необхідні навички керування своїми почуттями і емоціями (гнів, занепокоєння, страх, провина, сором, співчуття, жаліть, емпатія, гордість, шляхетність, любов та інші); навчити дитину розуміти свої

емоційні стани і причини, що їх породжують. Дитина виявляє здатність стримувати небажані емоції, скеровувати їх відповідно до вимог дорослих та до засвоєних норм поведінки. Дитина орієнтується на «добре» і «погано», «можна» і «не можна», все частіше «хочу» поступається «треба».

Стримування дитиною емоцій набуває характеру їх інтеріоризації, тобто згортання зовнішніх проявів. Наприклад, вже молодший дошкільник у ситуації образи, засмучення намагається стримати сльози. Старший дошкільник при стримуванні емоцій використовує сформовані у нього уявлення про належну поведінку, особливо, коїш вона пов'язана із ігровою роллю. Ось у «лікарню» принесли зайчика, якому вовк відірвав вухо. Дитина-лікар ледь стримує сльози, але «лікарі не плачуть». Водночас, дорослий повинен серйозно поставитись до випадків, коли дошкільнику не вдається стримати своїх емоцій, не ставити при цьому непосильних вимог перед дитиною. Такі імпульсивні емоції свідчать, як правило, про тілесне неблагополуччя малюка (біль, голод, спрагу), яке слід негайно усунути. З емоційним благополуччям дитини пов’язана її оцінка самої себе, своїх здібностей, моральних і інших якостей, і водночас, не варто забувати, що дошкільний вік характеризується високою вразливістю й чутливістю до навколишнього. Окрім цього, науковці відзначають, що з кожним роком збільшується кількість дітей з емоційними лемами, тривожних, невпевнених в собі, агресивних, що обумовлено різними причинами, серед яких: негативний вплив телебачення на розвиток дитини, зайнятість батьків і обмеження їх спілкування з дитиною та ін. Інтенсивний розвиток особистості дошкільника зумовлює глибокі зміни в його емоційній сфері. Якщо у ранньому віці емоції зумовлювались безпосередньо довколишніми впливами, то у дошкільника вони починають опосередковуватись його ставленням до тих чи інших явищ, у першу чергу соціальних. Внаслідок появи опосередкованості емоцій, вони стають більш узагальненими, усвідомленими, керованими. Останнім часом психологи доводиться спостерігати, як важко дітям впоратись з емоціями, зі своїми емоційними

сплесками, некерованістю. Від цього страждають не лише діти, але й близькі люди, які їх оточують. Адже емоції справляють вплив на усі сфери людського життя, в тому числі і на процес навчання у школі. Також сучасні діти стали менш схильними до проявів емпатії. Вони не завжди можуть зрозуміти та виявити свій внутрішній емоційний стан у соціально-адекватній формі. Це спричиняє виникнення труднощів у взаєминах з однолітками та дорослими. Низький розвиток емоційної сфери дітей дошкільного віку зумовлює затримки розвитку їхньої інтелектуальної сфери. Діти менше цікавляться чимось новим, в їхніх іграх відсутня творча складова, а дехто взагалі не вміє спілкуватися під час ігрової діяльності. Вони часто перебувають у «полоні емоцій», оскільки ще не можуть керувати своїми почуттями, що й зумовлює імпульсивну поведінку, агресію, тривожність, ускладнення у спілкуванні з однолітками й дорослими. Тому виховання емоцій та почуттів у дитини повинно служити передусім формуванню гармонійно розвинутої особистості, й одним з показників цієї гармонійності є певне співвідношення інтелектуального й емоційного розвитку. Так, ще В. Сухомлинський у своїх працях звертав увагу педагогів на такі провідні аспекти у системі виховання дитячих емоцій:

- емоційну культуру неможливо сформувати без постійного духовного спілкування педагога і дитини, без взаємного проникнення у світ думок, почуттів та переживань один за одного;

- незамінним емоційним стимулом думки є процес різнобічного пізнання оточуючої дитину дійсності: «Важливо, щоб джерелом думки і почуттів було пізнання явищ природи, її краси» [53,с 27];

- істина, в якій узагальнюються предмети і явища навколишнього світу, стає особистісним переконанням дітей за умови, що вона одухотворена красивими образами, які впливають на почуття.

Усі емоційні прояви характеризуються спрямованістю (позитивною або негативною), ступенем напруження і рівнем узагальненості. Дитині дошкільного віку важко розібратися в гамі своїх переживань. Вона не завжди

правильно розуміє навіть прості емоції. Тим більше їй важко збагнути складні та різноманітні переживання інших людей. Тому потрібна

цілеспрямована робота з розвитком та профілактикою емоційної сфери дітей дошкільного віку спрямована на:

- вербалізування дорослими станів, емоцій, почуттів, переживань - як своїх, так й інших;
- стимулювання дітей до прояву свого ставлення до тієї чи тієї ситуації, стану, емоції або переживання, спричиненого цією ситуацією;
- навчання дітей способів адекватного вираження негативних емоцій та вмінь позбуватися їх.

У процесах діяльності, пізнання навколишньої дійсності і себе, спілкування з дорослими й однолітками дитина переживає різноманітні емоції і почуття, виявляє своє ставлення до того, що її оточує, що з нею збувається. Ці переживання утворюють сферу емоцій і почуттів, які є формою відображення дійсності, наслідком задоволення або незадоволення потреб.

Період від двох до шести років називають віком афективності, який характеризують бурхливі, нестійкі емоції, швидкий перехід від одного емоційного стану до іншого. Афективність (від лат.- пристрасть, хвилювання) - бурхливе реагування на ситуацію, швидкий перехід від одного емоційного стану до іншого, емоційна імпульсивність, що виявляється у неприродних інтонаціях, міміці, жестах, позах, мовних зворотах тощо.

Дитину легко налякати, розсердити, зацікавити, викликати у неї задоволення, радість. Вона відкрита до сприйняття і впливу емоцій, які переживають інші діти й дорослі («емоційна заражуваність»).

Найсильніше і найважливіше джерело переживань дитини - її взаємини з іншими людьми. Якщо дорослі ласкаво ставляться до неї, визначають її права, виявляють увагу, то у неї переважає бадьорий, радісний настрій, вона переживає емоційне благополуччя - почуття впевненості, захищеності, яке сприяє нормальному розвитку особистості дитини, виробленню у неї

позитивних якостей, доброзичливого ставлення до людей. Прояви ставлення до дитини викликають у неї відповідні почуття - радість, гордість, співчуття, страх, образу, гнів, заздрість та ін. І вона гостро переживає як ласку, похвалу, так і розчарування, несправедливість.

Почуття виникають пізніше, ніж ситуативні емоції. Формуючись на основі емоційного досвіду, вони впливають на динаміку і зміст ситуативних переживань або спонукають до вчинків.

У дошкільний період у дитини інтенсивно розвиваються різноманітні виші почуття: моральні, інтелектуальні, практичні і естетичні. У них відображене багатство емоційних ставлень людини до соціальної дійсності.

Вищі почуття - емоційні процеси, які виражають цілісне ставлення досвіту, людей, відображають моральну позицію особистості [23,с. 58].

Одним із найважливіших елементів системи вищих почуттів є гуманні почуття - переживання, у яких виражається ставлення до людей, визнання їх цінності, прав і свобод. їх джерелом є взаємини з близькими людьми, доброзичливість, увага, піклування, любов дорослих.

Особливі переживання властиві ставленню дітей до своїх батьків: маму і тата вважають найкращими у світі людьми. Вони роблять багато компліментів своїм батькам, хочуть у всьому бути на них схожими. Основним приводом для радості є спілкування з батьками у спільній діяльності. Діти гостро переживають розлади у сім’ї, сварки з однолітками, несправедливість щодо них.

Наприкінці дошкільного періоду дитина усвідомлює необхідність, обов'язковість правил поведінки і підпорядковує їм свої вчинки. Підвищується її здатність до самооцінки. Порушення правил, негідні вчинки викликають у неї ніяковість, почуття провини. У цьому віці почуття обов'язку ґрунтується не лише на прихильності, а поширюється і на людей, з якими дитина безпосередньо не взаємодіє. Її переживання достатньо глибокі і тривалі.

У дошкільному віці вищі моральні почуття поглиблюють почуття гордості і самоповаги - задоволення від усвідомлення досягнутих успіхів, першості у чому-небудь, поваги до себе. До 7-ми років ці почуття набувають характеру індивідуальних стійких проявів особистості дошкільника. В одних дітей почуття гордості, самоповаги розвинені сильніше, вони не допускають приниження з боку дорослих і однолітків, інші - постійно перебувають під чиїмось впливом, нездатні і не прагнуть дати відсіч кривднику. Почуття гордості і самоповаги є важливим емоційним компонентом самооцінки дитини, що мотивує її поведінку [24,с.70].

Іноді ці почуття переходять у егоїзм - прагнення зберегти за собою право бути ціанованим усіма, не маючи при цьому обов'язків щодо інших.

Товаришування і дружба починаються задовго до того, як діти усвідомлюють свої стосунки з товаришами відповідно до моральних норм. У 5-річних дітей переважає дружба по черзі з багатьма дітьми, яка залежить від обставин, або дружба відразу з кількома дітьми. Дружба з багатьма дітьми зберігається до 7-ми років, хоч у старшому дитинстві найчастіше виникає вірна дружба - дружба двох дітей. Дружба невеликими групами виникає здебільшого у грі на основі ігрових, інтелектуальних інтересів і нахилів. Парна дружба супроводжується глибокою симпатією. Якщо малюк дружить з ровесником тому, що той з ним грається (гратися і дружити для нього означає одне й теж), то старший дошкільник грається з тими, з ким дружить на основі симпатії і поваги. Отже, парна дружба 5- 7-річних дітей поєднується з товаришуванням.

Особливою категорією емоційних переживань, пов'язаних з діяльністю дитини, є праксичні почуття - переживання, зумовлені пізнавальною діяльністю, її успіхами і невдачами, труднощами здійснення. Передумовою їх виникнення є виконання певних дій: успіхи породжують яскраві позитивні переживання, які можуть не проявлятися бурхливо; невдачі - різкий прояв невдоволення. Пов'язані з діяльністю неприємні переживання можуть довго зберігатися у пам'яті дитини, внаслідок чого у неї з'являється невпевненість у

своїх силах, страх перед новими завданнями. Іноді під впливом невдач виникає стійке негативне ставлення до діяльності, супроводжуване агресивними реакціями щодо важких дій, предметів, з якими дитині необхідно діяти [26, с. 49].

Праксичні емоції впливають на тонус, теми, кількісні і якісні показники діяльності, с своєрідними резервуарами енергії. Чим інтенсивніші праксичні емоції, тим ефективніша дія. Однак за великої складності дій підвищення сили емоцій лише погіршує показники діяльності. Дуже насичений темп дій може завершитись передчасно, задовго до одержання результату; надмірна інтенсивність праксичних почуттів замість позитивних наслідків породжує дезорганізаційний ефект.

До кінця дошкільного дитинства вищі почуття стають мотивами поведінки дитини. За допомогою них відбувається регуляція вчинків, дій, бажань відповідно до встановлених норм і вимог суспільства.

1.2. Психологічні чинники емоційних порушень у дітей дошкільного віку

Життєдіяльність як дорослої людини, так і дитини перебігає у тійних контактах з іншими людьми, предметами та явищами колишньої дійсності. До всього, що оточує людину, вона виявляє певне ;ення, яке проявляється у різноманітних емоціях. Це ставлення може бути позитивним, негативним або нейтральним. Нейтральне ставлення не пов'язане з виникненням емоцій. Якщо предмети, явища відповідають потребам, можливостям дитини, вони викликають позитивне ставлення та виникнення позитивних емоцій (задоволення, радості, захоплення тощо). В протилежному випадку виникає негативне ставлення та відповідні емоції (страх, образа, туга, сум, смуток, пригніченість, збентеженість, іильованість тощо). Інакше кажучи, в емоціях відображаються переживання дитини, співвідношення між бажаннями, потребами та можливостями їх задоволення [23, с. 65].

Емоції можна розглядати й відповідно до того, який стан вони викликають: активний чи пасивний, підвищують чи пригнічують діяльність людний. З цього погляду емоції поділяються па дві групи — стенічні та астенічні. Стенічні емоції підвищують активність, енергію, життєдіяльність, викликають підйом, бадьорість завдяки посиленню роботи серцевої системи, підвищенню артеріального тиску, темпу та глибини дихання. До стенічних емоцій відносяться радість, задоволення, захоплення. Астенічні емоції знижують активність, пригнічують життєдіяльність це туга, смуток, образа тощо.

Емоції впливають на перебіг різних психічних процесів — сприймання, пам'яті, уяви, мислення, зумовлюють формування певних рис характеру особистості. Емоційний тон присутній уже у відчуттях, які можуть бути приємними та неприємними, викликати позитивні та негативні емоції. Процес сприймання людини, що охоплена радістю, незалежно від об'єкту сприймання, буде разюче відрізнятися від сприймання особи, що переживає сум, смуток.

Позитивні емоції покращують процеси пам'яті, мислення. Виявлено певні закономірності зв'язку емоційних станів з інтелектуальними процесами: стан радості, захоплення сприяє успішному виконанню пізнавальних, проблемних завдань, тоді як негативні емоції, стани їх виконання.

Позитивні емоції активізують різні види діяльності людини, негативні зменшують активність.

Вольові процеси також тісно пов’язані з емоціями. Характер емоційного забарвлення настрою позначається на всіх етапах вольової дії та підкреслюють гуманістичну спрямованість розвитку особистості такої дитини, яка представлена цілим комплексом характеристик: чесність, чуйність, товариськість, здатність до співчуття, чутливість.

Діти, що демонструють наведені вище особистісні якості, дійсно переживають «за всіх», сприймають чужий біль як власний, вболівають за

інтереси іншої людини. Вони можуть заплакати від жалю до людини,тварини, пташки, рослини, готові прийти на допомогу тим, хто відчуває в ній потребу.

Вираженість почуття власного «я» у дошкільників полягає, перш за все, у підкресленому почутті власної гідності, потребі у самоствердженні. Ці діти завжди мають та намагаються відстояти свою позицію, прагнуть до самостійності, проявляють цілеспрямованість та активність у досягненні мети. Вони не можуть терпіти авторитарного тону, принижень та фізичних покарань. У відповідь на зневажливе ставлення діти, про яких ідеться, ображаються, замикаються в собі, іноді плачуть, їм властива висока чутливість до похвали, ставлення інших людей, їм складно відмовитися від своїх переконань, не бути собою, грати не властиву для себе роль [24, с.78].

Деякі риси характеру, що самі по собі не спричинюють невротичні і розлади, проте сприяють їх виникненню під виливом психотравмуючих обставин: безпосередність та вразливість перетворюються па тривожність; неспокій, образливість, безпорадність — на пасивність, інертність, пригніченість; альтруїстичні якості, почуття власної гідності — на егоцентризм, невластиві цим дітям недовірливість, відлюдькуватість, що є також реактивно-захисними психічними утвореннями.

В психологічній літературі емоційні порушення в дітей розглядаються як негативний стан, що виникає на фоні важко вирішуваних особистісних конфліктів (А.В. Запорожець, А.І.Захаров.)

Порушення емоційного розвитку в дошкільному віці зумовлені трьома групами причин [28, с 32].

1. Біологічні причини - тип нервової системи дитини, біотонус, соматичні особливості, порушення функціонування будь - яких органів. Біологічні передумови емоційних порушень включають в себе генетичні фактори, індивідуально-типологічні характеристики особистості дитини. Соматична ослабленість внаслідок частих захворювань сприяє виникненню різних реактивних станів і невротичних реакцій переважно з астенічним

компонентом; в дітей з хронічними соматичними захворюваннями, ці емоційні порушення не є прямим результатом хвороби, а пов’язані з труднощами соціальної адаптації хворої дитини і з особливостями її самооцінки.

2. Психологічні причини - особливості емоційно-вольової сфери дитини, а саме порушення адекватності її реагування на вплив ззовні, недоліки у розвитку навичок самоконтролю поведінки.

Психологічні причини: особливості емоційно-вольової сфери дитини, а саме порушення адекватності її реагування на вплив ззовні, недолік у розвитку навичок самоконтролю поведінки.

У виникненні емоційних відхилень на ранніх етапах розвитку дитини певна роль належить переживанням матері під час вагітності. Переважна більшість сучасних матерів у цей період перебуває у стані емоційного стресу, який пов'язаний із хвилюванням щодо можливості патології вагітності, пологів, народжень хворої або мертвої дитини в результаті дії несприятливих чинників (підвищений радіаційний фон, наявність важких елементів у продуктах харчування тощо). Таким чином, тривожність на гормональному рівні у період пренатального розвитку дитини створила передумови для проявів тривожності в перші роки її життя.

Зростання нервово-психічного напруження в складних соціальних умовах, занепокоєння здоров’ям та долею дитини, сім’ї спричинюють невротизацію батьків. Це негативно відбивається на емоційних контактах дорослих з дитиною. Батьки, які перебувають у стані емоційного стресу, переживають тривогу, хвилювання, не можуть забезпечити дитині психологічний комфорт. Навпаки, вони є джерелом підвищеного неспокою, що створює передумови для виникнення емоційних розладів у дитини.

Психотравмуючі ситуації в дітей, що потерпіли від окупації Криму, військових дій на Донбасі, пов'язані також із їх тривалим перебуванням поза сім'єю під час різних лікувальних та оздоровчих закладах.

Однією з причин, яка не сприяє стабілізації позитивно-емоційного етапу дітей, є авторитарний характер навчально-виховного процесу в

дошкільних закладах освіти, особливостями якого є зосередження уваги лише на процесі засвоєння знань, формування вмінь та навичок, відсутність постійно діючих засобів зняття емоційної напруги, стимулювання позитивних емоцій.

3. Особливості взаємодії дитини з соціальним оточенням. Дошкільник має свій досвід спілкування з дорослими, однолітками і особливо значущою для нього групою - сім'єю. Цей досвід може бути несприятливим:

- якщо дитина систематично піддається негативним оцінками з боку дорослого, вона змушена витісняти в несвідоме велику кількість інформації, що надходить з навколишнього середовища(нові переживання, що не збігаються з негативними судженнями, навіяними дорослим, сприймаються дитиною негативно, внаслідок чого вона опиняється у стресовій ситуації).

- при неблагополучних відносинах з однолітками виникають емоційні переживання, які характеризуються гостротою і тривалістю: розчарування, образа, гнів.

- сімейні конфлікти, різні вимоги до дитини, нерозуміння її інтересів також можуть викликати в дитини негативні переживання.

- зростання нервово-психічного напруження в складних соціально-екологічних умовах. Батьки, які перебувають у стані емоційного стресу, переживають тривогу, хвилювання, не можуть забезпечити дитині психологічний комфорт. Навпаки, вони є джерелом підвищеного неспокою, що створює передумови для виникнення емоційних розладів у дитини.

- авторитарний характер навчально-виховного процесу в дошкільних закладах освіти, особливостями якого є зосередження уваги лише на процесі засвоєння знань, формування вмінь та навичок, відсутність постійно діючих засобів зняття емоційної напруги, стимулювання позитивних емоцій [28, с. 44].

Несприятливими для емоційного і особистісного розвитку дошкільника є наступні типи батьківського ставлення:

- відкидання,
- гіперопіка,
- поводження з дитиною за принципом подвійного зв'язку,
- надвимогливість,
- ухилення від спілкування та ін..

Серед емоційних рис, що розвиваються, під впливом таких батьківських відносин, формуються агресивність, відсутність здатності до емоційної децентрації, почуття тривожності, емоційна нестійкість у спілкуванні з людьми. Тоді як тісні, насичені емоційні контакти, при яких дитина є «об'єктом доброзичливого, але вимогливого, оцінюючого ставлення, формують у неї упевнено оптимістичні особистісні очікування ».

До причин виникнення негативних тенденцій в поведінці дошкільників слід віднести предметну середовище, зміст якої (наприклад, іграшки, що стимулюють агресію) впливає на вибір сюжету дитячих ігор, реалізацію рольової поведінки і відповідної емоційної експресії.

Потужним імпульсом соціально-емоційного розвитку дітей є також комунікації, які можуть стати джерелом емоційних порушень у дошкільників, через невирішеність питання про дозування інформаційного «раціону». За даними ЮНЕСКО, 93% сучасних дітей 3-5 років дивляться на екран 28 годин на тиждень, тобто близько чотирьох годин на день, що набагато перевершує тривалість спілкування з дорослими. Таким чином, екран стає головним «вихователем» дитини.

Якщо дорослі або підлітки здатні критично оцінити те, що показують, можуть переключитися на інший канал або просто вимкнути телевізор, то дошкільнята дивляться все, що їм пропонують. В результаті для них характерно недорозвинення особистості, що виражається в порушеннях мови, відсутності інтересу до занять, слабкої концентрації, зниженої емоційності, відсутність співпереживання, а також в імпульсивності та

ситуативності поведінки, відсутності ініціативності, низькому рівні фантазії і уяви, стереотипності мислення.

Емоційні порушення, можна умовно поділити на дві групи. В основі розподілу лежать ті сфери життя дитини, де насамперед знаходить вияв емоційне неблагополуччя. З одного боку, воно може виявлятися у взаєминах з іншими людьми; з іншого — в особливостях внутрішнього світу дитини, складності її переживань [24, с. 56].

Негативні емоційні прояви можуть існувати у двох типах поведінки дітей. Першу групу за типом поведінки складають діти з переважанням станів збудження. Ці дошкільники характеризуються нестриманістю, дратівливістю, що нерідко призводить до виникнення конфліктів, дезорганізації діяльності. Такі діти схильні до захоплення різними видами діяльності, проте продуктивність її швидко знижується. Негативні емоції (спалахи гніву, образи) можуть виникати як і через вагомі причини, так і через незначні приводи. Але швидко виникаючи, вони так само швидко згасають. Афективні прояви нерідко спричиняють негативне ставлення дитини до думок і вимог інших людей.

Наведений тип поведінки дошкільника викликає негативні реакції дорослих та однолітків, що його оточують. З ім’ям дитини нерідко пов'язують неважливі характеристики: «всім заважає», «завжди зла», «непосидюча», що зачіпає почуття власної гідності, викликає образу. Усвідомлення дітьми, що вони «не такі, як усі», спричиняє переживання невпевненості, власної малооцінності, тривожності. Такі негативні емоційні прояви діти зовні ховають під маскою зарозумілості, пихатості.

Друга група за типом поведінки — це діти, у яких переважає пригнічений стан із депресивними проявами. Діти, про яких ідеться, не можуть легко й вільно, як їх однолітки, висловити свої переживання й почуття, забути образу й не згадувати про неї, бути послідовними в діях та вчинках, впевнено поводитися за будь-яких обставин, захистити себе, оперативно почати й закінчити справу, переключитися з одного на інше.

Швидка стомлюваність та пов'язана з нею неспроможність ефективно виконати будь-яку діяльність спричинюють зниження самооцінки дитини, проявів невпевненості в собі, почуття малоцінності. Це викликає стан покою, незахищеності, тривожності. Нерідко ця гіпертрофована потреба провокує такі негативні прояви, як підвищена образливість, злопам'ятність. Вразливість цих дітей на фоні емоційних розладів спричиняє формування амбівалентності потреби у спілкуванні: відчуваючи гостру потребу в товаристві однолітків, спільній діяльності з вихователем, діти виявляють при цьому замкненість, відлюдькуватість.

Емоції дитини пов'язані з внутрішнім світом дитини і різними соціальними ситуаціями розуміння, переживання яких викликає у неї певні емоційні стани. Внаслідок порушення соціальних ситуацій (зміна режиму, способу життя тощо) у дитини може виникнути стресовий стан, афективні реакції, страх. Це викликає негативне самопочуття дитини, тобто її емоційне благополуччя [28,с. 87].

Афект - короткочасне бурхливе нервове збудження, яке супроводжують різкі рухові прояви, зміни у діяльності внутрішніх органів, втрата вольового контролю за власними діями і бурхливим вираженням емоцій.

Як правило, афект зумовлений слабкістю коркового гальмування, тому збудження у дитини може переважати над гальмуванням. Невміння дитини загальмувати бурхливий прояв позитивних емоцій може спровокувати у неї негативні емоції: бурхливі веселощі закінчуються плачем, слізьми.

На розвиток емоцій і почуттів впливають вікові етапи і кризи особистості. Центральне для певного віку новоутворення, що виникає у відповідь на потреби дитини, містить емоційний компонент. Якщо нові потреби, що з'явились наприкінці кожного етапу, не задовольняються або душуються, у дошкільника розпочинається стан фрустрації.

Фрустрація (лат. frustratio- обман, розлад) - психічний стан людини, зумовлений нездоланними труднощами на шляху до мети або задоволення власних потреб і бажань.

Проявляється вона як агресія (на фрустратора, на уявлювану причину, на себе) або як депресія. У стані агресії дитина переживає гнів, лють, прагнення фізичної розправи з противником; у депресії вона пасивна, пригнічена. Якщо дитина починає малювати себе у важких ситуаціях або постійно зображує страшні сни - це сигналізує про її емоційне неблагополуччя. Воно може спричинюватися незадоволеністю дитини спілкуванням з дорослими (батьки) й однолітками, дефіцитом людського тепла, ласки, розладами у сім'ї. Симптомами фрустрації є тривожно-песимістичні очікування, невпевненість малюка, почуття незахищеності, іноді страх у зв'язку з імовірним негативним ставленням дорослого. Все це провокує у нього впертість, небажання підкорятися вимогам батьків, тобто є серйозним психологічним бар'єром між ним і дорослими.

Насичені емоційні контакти, під час яких дитина як особистість є об'єктом доброзичливого і водночас вимогливого оцінного ставлення, формує у неї впевнено-оптимістичні очікування, яким притаманне переживання можливого успіху, похвали, заохочення близькими дорослими[28, с. 78].

Емоційне неблагополуччя, пов'язане з труднощами у спілкуванні, може спровокувати різні типи поведінки, відповідно до яких дітей поділяють на такі основні групи:

1) неврівноважені, легкозбудливі діти. Нестримність емоцій часто дезорганізовує їхню діяльність. При виникненні конфліктів з однолітками емоції дітей часто проявляються в афектах (спалахи гніву, образи), часто супроводжуваних грубістю, бійками, супутніми вегетативними змінами (почервоніння шкіри, посилене потовиділення та ін.). Негативні емоційні реакції можуть бути породжені серйозними або незначними причинами. Швидко виникаючи, вони швидко припиняються;

2) переважно «легкогальмовані» діти зі стійким негативним ставленням до спілкування. Образа, незадоволення, неприязнь надовго зберігаються у їхній пам'яті, однак проявляються не надто бурхливо. Такі діти поводяться відокремлено, уникають спілкування. їхнє емоційне неблагополуччя часто проявляється у небажанні відвідувати дошкільний заклад, незадоволеності стосунками з вихователем або однолітками. Гостра сприйнятливість, надмірна їх вразливість можуть спричинити внутрішньособистісний конфлікт;

3) діти, чиє емоційне неблагополуччя є наслідком їхніх індивідуальних особливостей, специфіки внутрішнього світу (вразливість, сприйнятливість, що породжують страхи). Гострота сприймання і вразливість можуть стати причинами страхів дитини.

Емоційно-вольова сфера дошкільника характеризується: ускладненням змісту емоційної сфери; імпресивністю емоцій і почуттів; формуванням загального емоційного фону психічного життя дитини; зміною експресивної сторони емоцій і почуттів дошкільника. У цьому віці засвоюється «мова» почуттів. За допомогою поглядів, жестів, міміки, посмішок, пози, рухів, інтонацій голосу діти висловлюють свої переживання, шкільних може з допомогою слів пояснити свій стан; поступово оволодіває вмінням стримувати бурхливе та різке вираження почуттів, розуміючи, як потрібно себе вести у певній ситуації. У дитини з'являється воля.

Розвиток емоційної сфери допоможе дітям відчути радість життя та зберегти своє здоров'я. Діти знають, що емоції виникають, коли:

- я почуваю себе гарно або погано;
- у мене виходить або не виходить задумана справа;
- хтось мене образив;
- у мене щось болить.

У дошкільників система емоцій і почуттів ще тільки розвивається. Тому так важливо саме в цьому віці закласти основи позитивних емоцій і

чуттів, які посідають важливе місце у психічному розвитку дитини, у підтотовці її до школи [24, с.93].

Відсутність корекційних заходів у практиці виховання дітей з наведеними емоційними розладами може призвести до утворення стійкої негативної позиції щодо взаємин з іншими дітьми, а також до деформації розвитку особистості.

1.3. Особливості застосування методів психологічної корекції та профілактики емоційних станів в роботі з дітьми дошкільного віку

Особливості емоцій протягом дошкільного дитинства проявляються у наслідок ускладнення її відносин з довкіллям. У в дитячому садочку дитина отримує перший досвід взаємодії з іншими людьми, намагається знайти своє місце серед них, вчиться жити у злагоді з самим собою та оточуючими і отримує перші елементарні знання. Завдання фахівців дошкільної освіти полягає в тому, щоб і досвід, і навички, і знання дитина отримував в комфортних для нього психологічних умовах і в тій мірі, яка йому необхідна.

Психіка дитини дуже вразлива й потребує дбайливого до себе ставлення, адже малюк тільки починає пізнавати самого себе і світ навколо. І на своєму шляху діти часто стикаються з серйозними труднощами: у сім'ї, в дитячому садку, в школі, у спілкуванні і наодинці з самими собою. Дорослі дуже хочуть їм допомогти, але часто не знають як: переконання і моралі не допомагають, а сам малюк не може толком нічого пояснити. І тоді на помогу приходять заходи з психокорекції.

Психокорекція - це система заходів, спрямованих на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки дитини за допомогою спеціальних заходів психологічного впливу.

Психокорекція орієнтована на клінічно здорову особистість. Психокорекційні заходи можна класифікувати.

1. За характером спрямованості - симптоматична, каузальна.

Симптоматична корекція передбачає короткотривалий вплив з метою зняття гострих симптомів відхилень у розвитку, які заважають перейти до корекції каузального типу.

Каузальна (причинна) корекція спрямована на джерела і причини відхилень. Цей тип корекції більш тривалий у часі, вимагає значних зусиль, але є більш ефективним.

Орієнтується на здорові сторони особистості незалежно від ступеня їх порушень.

З корекційною метою використовуються такі методи як когнітивна терапія, гештальттерапія, метод психодрами, сугестивний метод, тілесна терапія, ігрова терапія, використання танцю, ритміки, психогімнастики, поведінкова терапія, методи групової психокорекції, комплексне використання методів психокорекції.

На сьогоднішній день арт-терапія є популярним та актуальним методом психокорекції тому, що це найбільш давня та природна форма вираження та зміни емоційного стану дитини, а також одна з найпрогресивніших і популярних напрямків в сучасній психології.

Арт-терапія (лат. ars - мистецтво, грец. therapeia - лікування) являє собою методику лікування і розвитку за допомогою художньої творчості.

Арт - терапія є найбільш давньою та природною формою корекції емоційного стану, якою можна користуватись для зняття накопиченої психічної напруги, для того, щоб заспокоїтись, просто зосередитись.

Ефективність застосування мистецтва в контексті лікування ґрунтується на тому, що цей метод дозволяє експериментувати з почуттями, досліджувати і виражати їх на символічному рівні.

Дитяча арт-терапія - це простий і ефективний спосіб психологічної допомоги, що базується на творчості та грі. Іншими словами, це - лікування творчістю.

Основна мета арт-терапії полягає в гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності самовираження і самопізнання. Арт-терапія ненав'язливо зцілює психіку, знайомить з навколишнім світом, що дозволяє побачити світ навколо себе прекрасним і гостинним [5, с. 67].

Завдання арт-терапії: лікування, зцілення, психокорекція, реабілітація, психопрофілактика, розвиток, діагностика, вираження почуттів, розкриття творчого потенціалу, розвиток навичок включення в колективну діяльність. Мистецтво - невидимий місток, що поєднує два протилежні світи: світ фантазії та реальності. Часто таємні бажання, підсвідомі почуття та емоції легше викласти у творчості, ніж виразити у словесній формі. Тому останнім часом великої популярності набуває метод лікування за допомогою художньої творчості, або арт-терапія. Не маючи протипоказань, арт-терапія може бути використана не лише у психотерапії, а й у педагогіці та соціальній роботі, допомагаючи дізнатись більше як про самих себе, так і про оточуючих

Арт-терапія пропонує дитині висловити свої емоції, почуття за допомогою ліплення, малювання, конструювання з природних матеріалів, живаючи образи, людина знаходить свою цілісність, неповторність і індивідуальність.

Арт-терапія - це найбільш м'який метод роботи, контакту з важкими проблемами. Дитина може не говорити, або не може визнати свої проблеми своїми, але при цьому ліпити, рухатися і виражати себе через рухи тілом, і Також заняття арт-терапією можуть знімати психічне напруження. У занятті мистецтвом дуже важливо, щоб дитина відчувала свій успіх в цій справі. Якщо він бачить, що має успіх у виявленні і відображенні своїх емоцій створенні унікальних виробів, малюнків, до нього приходить успіх у званні, а взаємодія зі світом стає більш конструктивним. Успіх у творчості в його психіці несвідомо переноситься і на звичайне життя.

Арт-терапія дозволяє зробити цей процес радісним, цікавим, успішним, індивідуальним для кожного.

Арт-терапія заснована на спонтанному самовираженні і певною мірою ігнорує естетичні критерії в оцінці його результатів і професіоналізму автора. Ілля того і для іншого більш важливий сам процес творчості, а не результат [8,с. 47]

Дитяча арт-терапія доречна коли дошкільник виявляє:

- упертість;
- агресія;
- страхи; тики, заїкуватість, нав'язливості та ін;
- часта зміна настрою;
- затримки мовного та психічного розвитку;
- кризові ситуації;
- труднощі в школі, спілкування з однолітками і/або дорослими;
- збудливості або апатичності;
- зміна місця проживання;
- підготовки до дитячого садочку / школі та період адаптації;
- втрати батьківського контролю над дитиною, непослуху.
- сором'язливості і невпевненості в собі;
- агресивність;
- гіперактивність;
- труднощі в школі і т. д.

Який вплив надає арт-терапія, в чому полягають її унікальні особливості?

- Створює позитивний емоційний настрій.
- Дозволяє звернутися до тих реальних проблем або фантазіям, які з якихось причин важко обговорювати вербально.
- Дає можливість на символічному рівні експериментувати з різними почуттями, досліджувати і виражати їх у соціально прийнятній формі. Робота над малюнками, картинками, скульптурами - безпечний спосіб розрядки руйнівних і руйнівних тенденцій дозволяє опрацювати думки і емоції, які людина звик придушувати.

- Сприяє творчому самовираженню, розвитку уяви, естетичного досвіду, практичних навичок образотворчої діяльності, художніх здібностей в цілому.

- Підвищує адаптаційні здібності дитини до повсякденного життя. Знижує стомлення, негативні емоційні стани та їх прояви, пов'язані з навчанням.

- Ефективна корекції різних відхилень і порушень особистісного розвитку. Спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції і зцілення.

Основні принципи занять арт-терапією:

1. Бажання дитини - основна умова заняття. Творчість без бажання можливо, і, звичайно, неможливий довірчий діалог з дитиною.

2. Заохочення та подяку дитині.

3. Педагог має бути готовий до того, що при діалозі під час заняття на загальні питання про собі або малюнку дитина іноді відповідає «Не знаю», і пропонує йому варіанти відповідей.

4. Важливою умовою успішної роботи є безпосередня участь самого педагога в тій роботі, яку він пропонує. Педагог разом з дитиною говорить про свій настрій (на початку і в кінці заняття), малює, ліпить, міркує про тих або інших творах, словом, виконує всі завдання, які дає і дитині. Тільки тоді у дитини формується довіра до педагога і до тієї незвичайної діяльності, яка йому пропонується.

5. Потрібно використовувати яскравий, гарний, добротний матеріал, з якими йде робота на занятті. Фарби, олівці, пластилін, папір мають акуратний вигляд, адже дитина відчуває до себе ставлення і через матеріал, з яким йому пропонують працювати. Для тих хлопців, які включаються в роботу з небажанням, яскраві красиві канцелярське приладдя та інше обладнання можуть стати привабливим моментом.

6. На багатьох заняттях педагог розповідає про те чи інше явище. Його монолог найбільше корисний, якщо він містить елементи гіпнотичного

оповіді, тобто в якійсь мірі мова педагога повинна вводити в легкий транс за допомогою повторення слів, речень, використання епітетів, метафор, зміни голосу. Це допомагає створити атмосферу незвичайності, таємничості

Збувається і допомагає здійснитися диву спонтанного саморозкриття дитини.

7. Головне - отримувати задоволення від самого процесу малювання, коли навіть каракулі і черкання відіграють роль зцілення! [8;50]

Завдання занять з елементами арт-терапії:

1. Розвиток творчих і комунікативних здібностей
2. Стимулювання творчого самовираження, розкриття свого «Я»
3. Розширення уявлень про самих себе, розвиток інтересу до самого себе.
4. Розвиток впевненості в собі, підвищення самооцінки.
5. Згуртування дитячого колективу.
6. Зняття напруги, гармонізація емоційного стану.

Структура проведення арт-терапевтичного заняття з використанням малюнку:

Перший етап - налаштування.

Початок заняття - це «налаштування на творчість». Головне завдання цього етапу - підготувати учасника до спонтанної художньої творчої діяльності. При цьому можна використати нескладні образотворчі прийоми, наприклад, різні варіанти техніки «карлючки», «закритих очей», «автографи», «естафета ліній». При виконанні цих вправ відбувається зниження контролю з боку свідомості і настає релаксація.

Другий етап - актуалізація візуальних, аудіальних, кінестетичних ів.

На цьому етапі можна використовувати малюнок у сполученні з ментами музичної терапії. Музика як терапевтичний засіб, впливає на ій людини, поліпшує її самопочуття. Для занять краще підбирати приємні мелодії без тексту, які не викликають протесту в учасника. Гучність звучання

також установлюється із загальної згоди. Обов'язково необхідно змінити чи виключити музику, якщо цього бажає учень.

Третій етап - образотворча діяльність.

Цей етап припускає індивідуальну творчість для дослідження власних проблем і переживань. Прийнято вважати» що всі види підсвідомих процесів» у тому числі страхи, сновидіння, внутрішні конфлікти, ранні дитячі спогади, відбиваються в образотворчій продукції при спонтанній творчості. Таким чином, людина невербальною мовою повідомляє про свої проблеми і почуття, вчиться розуміти й аналізувати свої емоції. Деякі діти намагаються створювати реалістичні, гарні малюнки, тому необхідно пояснити учасникам заняття, що їхні роботи не будуть оцінюватися. Важливий процес спонтанної творчості, емоційний стан «малювальника», його внутрішній світ, пошук адекватних засобів самовираження.

Даний етап заняття передбачає непряму діагностику. На перших заняттях учасник прагне працювати знайомими і звичними засобами, і тільки в міру подолання психологічного захисту починає експериментувати, стає більш експресивними. Як правило, дитина з високою особистісною чи ситуативною тривожністю спочатку малює простим олівцем, багаторазово виправляє зображення, а тільки потім розфарбовує його. Коли переборені захисні тенденції, фарби викликають в учня сильний емоційний відгук, стимулюють уяву і прагнення творчості. Багатоголосся кольорів і відтінків дозволяє більш точно відобразити настрій і психічний стан в момент заняття.

Четвертий етап - активізація вербальної і невербальної комунікації.

Головне завдання цього етапу полягає у створенні умов для комунікації. Учаснику пропонується показати свою роботу і розповісти про неї. Ступінь відкритості і відвертості самопрезентації залежить від рівня довіри до психолога, від особистісних особливостей дитини. Якщо вона з якихось причин відмовляється від висловлювань, не слід наполягати. Можна запропонувати учаснику скласти історію про свій малюнок і придумати для нього назву. Тобто поєднати малюнок і казку. Починати розповідь можна

словами «Жила собі людина, схожа на мене...». Такий початок полегшує вербалізацію внутрішнього стану і підсилює ефект проекції та ідентифікації.

По розповіді учасника можна зрозуміти, кого він засуджує, кому співчуває, ким захоплюється. Таким чином неважко скласти уявлення про нього самого, його цінності та інтереси, відносини з навколишнім світом.

П’ятий етап - звільнення від неприємних відчуттів.

Учасник малює предмет, який його травмує, у комічній формі або малює радість у власному баченні. Можливо також скласти веселу казку про повне подолання страху. Перекладання тих переживань, що травмують, у комічну форму або протилежну емоцію призводить до катарсису, звільнення від неприємних відчуттів, емоцій.

Шостий етап - рефлексивний аналіз.

Заключний етап заняття припускає рефлексивний аналіз у вимушеній обстановці. Необхідна присутність елементів спонтанної «взаємотерапії» у вигляді доброзичливих висловлювань, позитивного програмування, підтримки. Атмосфера емоційної теплоти, емпатії, турботи дозволяє учаснику арт-терапевтичного заняття пережити ситуацію успіху в тій чи іншій діяльності. Дитина здобуває позитивний досвід самоповаги і самосприйняття, у неї зміцнюється почуття власної гідності, поступово коректується образ «Я». На завершення варто акцентувати увагу на успіхах учня [10, с.13-16].

Методи арт-терапії з дітьми дошкільного віку: ізо-терапія, пісочна терапія (Sand-Play), пісочна анімація (Sand-Art), ігрова терапія, казко терапія, музична терапія, кольоро-терапія, танцювальна терапія, лялько-терапія.

Застосовуючи методи арт-терапії за розповіддю учасника можна зрозуміти, кого він засуджує, кому співчуває, ким захоплюється. Таким чином неважко скласти уявлення про нього самого, його цінності та інтереси, відносини з навколишнім світом.

Зі спостережень можна відмітити, що саме процес малювання виконує профілактичну та терапевтичну функцію. Найбільш ефективні результати

використання арт-терапії саме в емоційній сфері. Різні матеріали по-різному впливають на дитину.

Фарби - знімають скутість дитини. Олівці - стримують активність. Простий олівець знімає невпевненість, адже можна стерти та малювати. Глина (пластилін, солоне тісто) - робота з агресією, знімає негативні емоції та скутість. Колаж, наприклад, із журнальних вирізок, зменшує тривожність, страх невміння малювати, невпевненість.

Застосування методів арт-терапії для різних вікових груп має свою специфіку. Для кожного вікового періоду існують свої методи, а також сальні методи, які можна застосовувати для більшості вікових груп [11, с.67-71].

Для ефективності роботи, сеанси арт-терагіії повинні носити системний характер, бути регулярними.

Отже, арт-терапія - це чудова можливість «викричати» свої проблеми.І якщо спочатку мистецтво було для дитини терапією, то згодом воно може перерости у захоплення.

Арт-терапія дозволяє отримати відомості про розвиток та індивідуальні особливості дитини. Це коректний спосіб поспостерігати за нею у самостійній діяльності, краще пізнати її інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, неповторність, особистісне своєрідність, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальної корекції. У процесі занять легко виявляються характер міжособистісних відносин і реальний стан кожного в колективі, а також особливості сімейної ситуації. Арт-терапія виявляє і внутрішні, глибинні проблеми особистості. Володіючи багатосторонніми діагностичними можливостями, вона може бути віднесена до проективним тестам.

Висновки до розділу 1

Проблема емоційного розвитку дітей дошкільного віку, на сучасному етапі, все частіше привертає увагу педагогів і психологів. Дошкільник не вміє самостійно виражати свої почуття, емоційні переживання без спеціальної освіти, так як здатність довільно керувати своїми діями і емоціями складається протягом усього дошкільного дитинства. Емоційний розвиток дошкільника пов'язаний, насамперед, з появою в нього нових інтересів, мотивів і потреб. Загальновідомо, що особистість дитини починає звиватися в дошкільному віці, причому цей процес тісно пов’язаний з витком емоційної сфери, із розвитком інтересів та мотивів поведінки, що відповідно, детерміновано соціальним оточенням, передусім типовими для даного етапу розвитку взаєминами з дорослими. Тому потрібна цілеспрямована робота з розвитком та профілактикою емоційної сфери дітей шкільного віку.

На основі аналізу наукової літератури було виявлено, що порушення емоційного розвитку в дошкільному віці зумовлені трьома групами причин: біологічні причини, психологічні причини, особливості взаємодії дитини з соціальним оточенням.

У дошкільників система емоцій і почуттів ще тільки розвивається. Тому так важливо саме в цьому віці закласти основи позитивних емоцій і почуттів, які посідають важливе місце у психічному розвитку дитини, у підготовці її до школи.

Відсутність корекційних заходів у практиці виховання дітей з описаними емоційними розладами може призвести до утворення стійкої негативної позиції щодо взаємин з іншими дітьми, а також до деформації розвитку особистості.

На сьогоднішній день арт-терапія є одним з найпопулярнішим та актуальним методом психокорекції тому, що це найбільш древня та природна форма вираження та зміни емоційного стану дитини, а також одне з самих прогресивних і популярних напрямків в сучасній психології.

Основна мета арт-терапії полягає в гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності самовираження і самопізнання. Арт-терапія ненав'язливо зцілює психіку, знайомить з навколишнім світом, що дозволяє побачити світ навколо себе прекрасним і гостинним

Виходячи з розглянутих теоретичних даних ми побачили, що арт-терапія дозволяє отримати відомості про розвиток та індивідуальні особливості дитини. Це коректний спосіб поспостерігати за нею у остійній діяльності, краще пізнати її інтереси, цінності, побачити інший світ, неповторність, особистісне своєрідність, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальної корекції. У процесі занять легко виявляються характер міжособистісних відносин і реальний стан кожного в колективі, а також особливості сімейної ситуації. Арт-терапія виявляє і внутрішні, глибинні проблеми особистості. Володіючи багатосторонніми діагностичними можливостями, вона може бути віднесена до проективних методів.

Спостерігаючи за останніми реформами у сфері освіти, можна ати, що суспільство починає усвідомлювати необхідність серйозного становлення до розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку, потребу дбати про неї не менше, а, можливо, й більше ніж про інтелектуальну. Певною мірою, це спроба надолужити прогалини розвитку комунікативних здібностей дитини через цілеспрямовану систему розвитку її емоційного стану. Саме емоційне ставлення до навколишнього світу зумовлює цілі, на досягнення яких будуть використані набуті у подальшому дитиною знання та вміння.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Завдання, методика й організація констатувального етапу дослідження

Дослідження проводилось на базі Хотівського ДНЗ «Струмочок» під час дослідження особистісних якостей дошкільників з поведінковими розладами було про діагностовано 28 дітей старшого дошкільного віку.

Діагностичний етап передбачає дослідження емоційної сфери на початку роботи. З них дівчаток було 16. З них 12 мали 5 років на момент дослідження, а 4 - 6 років. Хлопчиків - 1 2 . З них, на момент дослідження четверо дітей мали 5 років, і восьмеро - 6 років.

Діагностика дітей здійснювалась шляхом використання адаптованих проективних методик. (Додаток В)

1. *Проективна методика "Кінетичний малюнок сім'ї"*. Тест був запропонований Р. Бернсом і С. Кауфманом в 1972 р. для діагностики внутрішньосімейних стосунків з точки зору дитини.

Мета методики - виявити особливості сприйняття дитиною сімейної ситуації, свого місця в сім'ї, а також її ставлення до членів сім'ї. Процедура складається із самого малювання своєї сім'ї (дасться стандартний аркуш паперу для малювання, олівець (твердість 2М, і гумку) та бесіди.

Інструкція: «Будь ласка, намалюй свою сім'ю так, щоб кожен мався якоюсь справою».

На всі уточнюючі питання слід відповідати без будь-яких вказівок. Під час малювання слід записувати всі спонтанні висловлювання дитини, відзначати її міміку, жести, а також фіксувати послідовність малювання.

2. Проективна методика «Кактус» (модифікація Л. Руденко)

Метою цієї методики є визначення стану емоційної сфери дитини, наявність і напрям агресивної поведінки дитини.

Інтерпретація

На малюнку ми бачимо два кактуси з голками в горщику. Наявність голок в кактусі означають, високий рівень агресивності. Уривчастість ліній, якими зображені голки означає те, що оточуючі здійснюють чималий тиск на дитину. Також важливе значення має місце розташування малюнка, наш юнок розташовано внизу, що означає залежність дитини від чиєїсь думки - це можуть бути вчителі, психологи чи старші друзі. Малюнок ми бачимо не який, щӧ каже про невпевненість дитини, яка зображала його. Виражена в дитини екстра верткість - це каже про декілька намальованих кактусів. Важливим моментом на малюнку є наявність на малюнку горщика - це означає, що дитина прагне домашнього захисту, бути комусь потрібним, щоб за нього хтось турбувався, як хочуть всі діти.

Малюнок можна зрозуміти також через психологію кольору. Наприклад, сам кактус зображено зеленим кольором, наскільки нам відомо зелений колір пов’язаний тільки з такими хорошими значеннями як: доброта, гармонія, природа та життя. Ми розуміємо, що коли дитина малювала цей юнок в неї на даний момент була душевна гармонія.

3. Колірний тест Люшера.

Колірний тест Люшера - психологічний тест, розроблений Максом Люшером. Колірна діагностика Люшера дозволяє виміряти психофізіологічний стан людини, її стресостійкість, активність комунікативні здібності. Тест Люшера дозволяє визначити причини психологічного стресу, який може призвести до появи фізіологічних симптомів.

Макс Люшер з'ясував, що сприйняття кольору об'єктивне і універсальне для всіх, але індивідуальні переваги у виборі кольорів суб’єктивні. Ця відмінність дозволяє вимірювати суб'єктивні стану за допомогою тестових кольорів.

Процедура проведення тесту

В даний час існує два варіанти тесту Люшера: короткий і повний. При застосуванні короткого варіанту використовується набір (таблиця) з восьми кольорів: - сірого (умовний номер - 0), темно-синього (1), синьо-зеленого (2), червоно-жовтого (3), жовто-червоного (4), червоно-синього або фіолетового (5), коричневого (6) і чорного (7).

Сама процедура тестування полягає в упорядкуванні кольорів випробуваним за ступенем їх суб'єктивної приємності. Інструкція передбачає прохання відійти від асоціацій, пов'язаних з модою, традиціями, загальноприйнятих уподобань і постаратися вибирати кольори, тільки виходячи зі свого особистого ставлення.

4. «Анкета визначення рівнів тривожності» та «Анкета визначення рівнів агресивності» (Г. Лаврентьєва та Т. Тітаренко).

Методика призначена для виявлення рівня дитячої тривожності та рівня агресивності на основі зіставлення результатів спостереження, отриманих від самого дослідника, батьків дитини й вихователів.

Фіксація спостережень відбувається в кілька етапів. На першому етапі дослідник протягом 2-3 днів спостерігає за дитиною в різних видах діяльності (грі, на заняттях, новій обстановці і т. д.) і заносить результати в спеціальний лист спостережень (див. додаток В). Протягом дня необхідно відзначити наявність або відсутність даної ознаки в поводженні дитини знаками ”+" або

Щоб уникнути суб'єктивізму при оцінці тривожності дошкільника, на другому етапі необхідно запропонувати декільком знаючим дитини дорослим оцінити його поведінку по кожному з перерахованих семи ознак і вивести середній бал.

Якщо дорослі, до яких ви звернулися за допомогою, можуть оцінити тривожність дошкільника за виділеними показниками, їм можна запропонувати невелику анкету, відповіді на яку конкретизують прояви тривожності.

Не слід вказувати в назві анкети, що вона спрямована на вивчення тривожності дитини. Краще назвати її "Дослідження індивідуальних особливостей".

Анкети складаються з 20 пунктів .

Висока тривожність - 15-20 балів.

Середня тривожність - 7-14 балів.

Низька тривожність - 1-6 балів.

Висока агресивність - 15-20 балів.

Середня агресивність - 7-14 балів.

Низька агресивність - 1-6 балів.

2.2. Аналіз та узагальнення результатів дослідження емоційного розвитку дошкільників

По проективна методиці “Кінетичний малюнок сім'ї організоване емпірічне дослідження дозволило виявити, що семеро дітей (три дівчинки і два хлопчики) зобразили на малюнках загальну діяльність членів сім’ї, що свідчить про хороші благополучні сімейні відносини. Квіти і метелики - символ реального спокою і безтурботності. Мама готує страви, а тато ірається з дітьми , що свідчить, що потреби дітей в сім’ї задовольняється. Отже тільки 25% переживають гаму позитивних емоційних станів в умовах сімейної атмосфери. П’ятеро дітей (дві дівчинки і три хлопчика).

Намалювали себе осторонь та відвернуті один від одного, від інших - знак ворожості, а також барабани, зброю, що свідчить про почуття відчуженості та агресії, п’ятеро дітей. Дев’ятеро дітей (5 дівчаток і 4 хлопчика) зобразили на своїх малюнках воду, лід, дощ, зірки, бруд, символи внутрішнього неспокою дитини та депресивного настрою.

Ще дев’ятеро дітей (5 дівчаток і чотири хлопчика) намалювали кульки, паперові змії, дитячі ліжечка, клітки - символи почуття тиску, від якого дитина намагається позбутися, символ «полону», позбавлення волі, покарання.

Отже , дослідження по проективній методиці “Кінетичний малюнок сім’ї групи дітей старшого дошкільного віку дозволило зробити такий висновок, що

- 25% переживають гаму позитивних емоційно - почуттєвих станів в умовах сімейної атмосфери.

-15 % переживають почуття відчуженості та агресії.

-30% мають внутрішній неспокій та депресивний настрій.

-30% відчувають тиск та мають покарання.

Діти, які завжди адекватно розпізнають свої емоційно-почуттєві стани, відзначають у мовленні їх якісне забарвлення, добираючи правильні назви. Відзначається зв’язок переживань з успішністю діяльності на занятті, зі схваленням вихователя, з можливістю привернути його увагу до свого результату. У бесідах виявляється їх стабільна успішність фіксувати свій емоційно - почуттєвий стан у відповідності з оцінкою експериментатора.

Діти, які іноді розпізнають свої емоційно - почуттєві стани, краще роблять це у ситуаціях успіху, а гірше - неуспіху, при виникненні суперечливих ситуацій у взаєминах з ровесниками, при незадоволенні відсутністю підвищеної уваги з боку вихователя. Напевне високий рівень емоційної напруги в останніх випадках ускладнює розуміння дитиною своїх переживань. У бесідах діти переважно правильно відповідають на допоміжні питання експериментатора, лише іноді припускаючись помилок, які не стосуються полярності переживань, а їх модальності. Тобто дитина твердо розрізняє стан задоволення від незадоволення, а плутається у конкретних виявленнях емоцій (радість, захоплення, здивування).

За допомогою проективної методики « Кінетичний малюнок сім'ї» виявлено емоційний стан у дошкільників старшого дошкільного віку (рис.2.1)

Рис. 2.1. Загальний емоційний стан

Зазначимо, що нормальний соціальний і психологічний розвиток дитини відбувається за умов інтенсивного спілкування з дорослими. Потреба в сімейному спілкуванні - одна з найістотніших людських потреб. Недостатність спілкування, контактів близьких дорослих з дитиною призводить до уповільнення її розумового та фізичного розвитку.

По проективній методиці «Кактус» організоване емпіричне дослідження емоційної сфери дитини, наявність і напрям агресивного поводження дитини.

Виявилося, що 24 дітей з них 12 хлопчиків і 12 дівчаток намалювали малюнок уривчастими лініями з сильним натиском, що свідчить про імпульсивність вихованців.

12 дітей (7 дівчаток і 5 хлопчиків) намалювали великий малюнок, розташований в центрі листа, що свідчить про егоцентризм, прагнення до лідерства.

10 дівчаток намалювали кактус м’яких лініями з прикрасами і квітами, чим виявили свою жіночність і м’якість.

6 дітей - 3 хлопчики і 3 дівчинки на малюнку зобразили тільки один кактус, що свідчить про інтровертованість.

Отже, завдяки проективній методиці « Кактус»

- 80% дітей виявили імпульсивність;
- 40% дітей виявили егоцентризм;
- 33% м’якість, жіночність;
- 20% інтровертивність.

За допомогою проективної методики «Кактус» досліджені рівні емоційної сфери дошкільників старшого дошкільного віку.(рис.2.2)

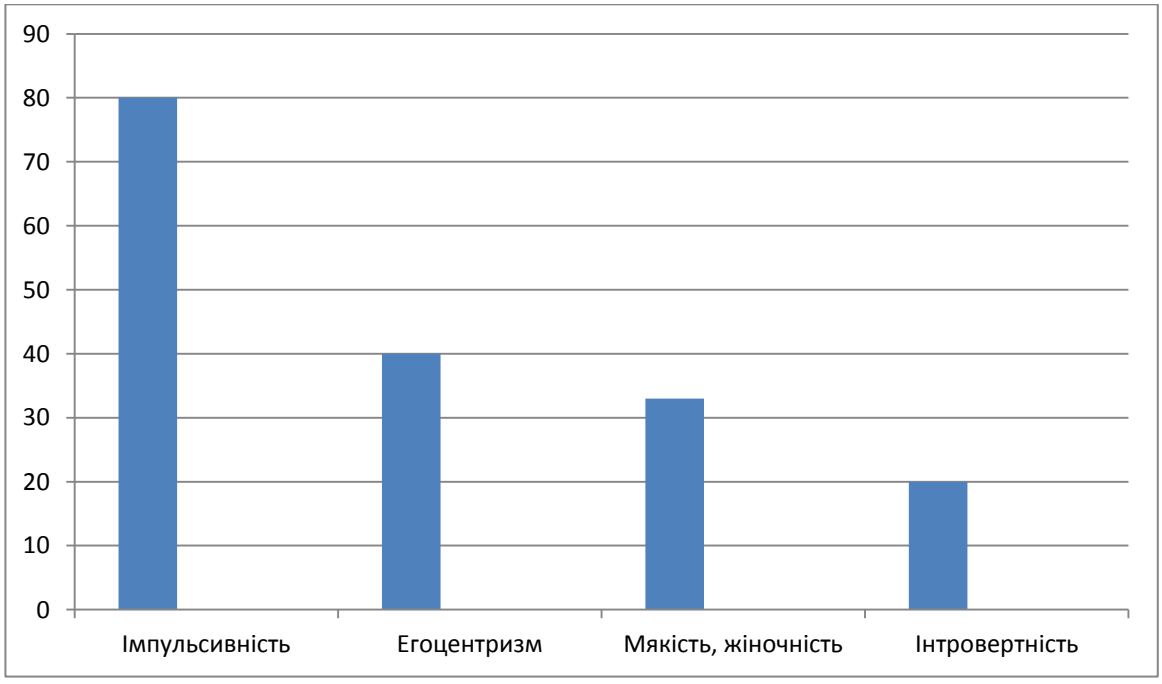

Рис. 2.2. Рівні емоційної сфери у дошкільників старшого дошкільного віку.

Важливим показником динаміки емоційних проявів дітей є реакція на ситуації успіху чи неуспіху. Ми вважали особливо важливим зафіксувати ці реакції у процесі навчання дітей старшого дошкільного віку, оскільки

ситуація невдачі сильно впливає на самопочуття дитини, на її самооцінку, яка інтенсивно формується в цьому віці і виступає важливим чинником готовності до шкільного навчання. Відзначається зв'язок переживань з успішністю діяльності на занятті, зі схваленням вихователя, з можливістю привернути його увагу до свого результату

Колірна діагностика Люшера дозволила виміряти психофізіологічний стан дошкільників старшого дошкільного віку, їх стресостійкість, активність і комунікативні здібності.

11 дітей - 40% (6 хлопчиків і 6 дівчаток) обрали основним кольором зелений, що символізує потребу в самоствердженні;

8 дітей - 30% (5 хлопчиків, 4 дівчинки) обрали основним кольором жовтий, що символізує балакучість, природність, відкритість, товариськість, енергійність;

5 дітей - 17% (3 хлопця і 2 дівчини) обрали основним кольором чорний, що свідчить про мовчазність і замкнутість, упертість, егоїстичність, незалежність, ворожість;

4 дівчаток - 13%, обрали червоний колір, що свідчить про рішучість, енергійність, дратівливість, привабливість.

Діти, які не розпізнають своїх емоційно-почуттєвих станів, використовують кольори методики випадково. Вибір ними кольору тільки у поодиноких випадках (12 рази з 30) може адекватно відобразити їх стан. У бесідах такі діти відповідають на допоміжні питання експериментатора переважно згодою, не замислюючись над визначенням свого стану. Тому вони зауважують, що одночасно переживають і радість, і сум, і тривогу тощо. Коли експериментатор запитує, чи може людина одночасно переживати і радість, і сум, дитина губиться, ніяковіє. Іноді втрачає до бесіди інтерес і переходить до інших занять.

Таблиця 2.1

Вибір кольору за методикою Люшера

Зелений	Жовтий	Чорний	Червоний
40%	30%	17%	13%

Зелений - потреба в самоствердженні

Жовтий - природність, відкритість Чорний -

замкнутість, упертість Червоний -

рішучість, енергійність

«Анкета визначення рівнів тривожності» та «Анкета визначення рівнів агресивності» (Г. Лаврентьева та Т. Тітаренко) в результаті фіксації остережень за дитиною в різних видах діяльності дали такі результати:

Висока агресивність - 6 дітей (20%)

Середня агресивність - 18 (60%)

Низька агресивність - 6 дітей (20%)

За допомогою «Анкета визначення рівнів агресивності» (Г. Лаврентьева та Т. Тітаренко) виявлено рівні прояву агресивності у старших дошкільників. (рис. 2.3)

Рис.2.3. Рівні прояву агресивності старших дошкільників

Висока тривожність - 9 дітей (30%)

Середня тривожність - 18 дітей (60%)

Низька тривожність - 3 дітей (10%)

За допомогою «Анкета визначення рівнів тривожності»(Г. Лаврентьева та Т. Тітаренко) виявлено рівні прояву тривожності дітей старшого дошкільного віку. (рис. 2.4)

Особистісно орієнтоване дошкільне виховання дає можливість значно вплинути на емоційну пригніченість дитини за рахунок активізації особистісних механізмів, спрямованих на посилення творчості, ініціативності, самостійності дитини.

Рис. 2.4 Рівні прояву тривожності старших дошкільників

Аналізуючи отримані результати, ми виділяємо три рівні сформованості здатності до розпізнавання дітьми емоцій інших людей. Це високий (аргументоване розпізнавання), середній (частково аргументоване), низький (неаргументоване).

Отже, рівень аргументованого розпізнавання характеризується тим, що це вже не глобальне та поверхневе сприймання емоцій, а цілісне й узагальнене на основі системи ознак.

Майже ніколи аргументованого розпізнавання характеризується тим, що емоційний стан пізнається завдяки виділенню декількох не пов'язаних елементів експресії. У більшості випадків діти розрізняють вираз обличчя, а не позу тіла. У них інколи трапляються помилкові відповіді щодо переживань інших. Рівень неаргументованого розпізнавання характеризується тим, що розпізнавання емоційно - почуттєвих станів інших відбувається глобально та поверхнево, діти починають виділяти окремий, часто одиничний елемент експресії (у більшості випадків - це очі). Такі діти найчастіше дають помилкові відповіді на розпізнавання емоційно-почуттєвих станів інших.

Також було досліджена здатності дитини до відгуку на емоційні стани інших.

Дієве реагування виявляється як здатність дитини за власною ініціативою допомагати іншим або висловлювати бажання зробити це. Наприклад, на запитання: «Чи можна сміятись, коли твій товариш впав?» такі діти відповідають: «Не можна сміятись, а потрібно допомогти». Ці діти отримують задоволення від своєї допомоги, відчувають обов'язок щодо оточуючих людей, тварин, здатні виявляти систематичну турботу про слабших, вміють радіти успіхам та співчувати невдачам інших людей. Типові відповіді дитини, яка виявляє почуття обов'язку: «Добре, я не буду заважати, я буду тихенько гратись». Типові відповіді дітей, які завжди виявляють турботу: Тетянка і Оля грались в "доньки –матері». До них підійшов маленький хлопчик і попросив: «Я теж хочу гратись». «Ми тебе не візьмемо, ти ще малий»,- відповіла Оля. А Тетянка сказала... Що сказала Таня? Чому? Відповідь дитини: «Давай візьмемо його, може буде нам сином», «Нехай грається з нами». Або ситуацію де, Сашко гуляв біля дому, але, раптом він побачив маленьке кошеня, яке дуже змерзло та жалібно нявкало. Тоді

Сашко... Що зробив Сашко? Чому? Дитина із високим рівнем реагування на емоційно-почуттєві стани інших, інтерпретує таким чином: «Сашко забрав додому кошеня і нагодував», «Приніс додому, нагодував, зігрів і поклав спати». Переживання радості виявляється у таких репліках дитини: «Я намалював гарно, але у Мишка теж добре вийшло».

Середній рівень реагування на емоційно-почуттєві стани інших. Цей рівень виявляється як здатність дитини до емоційного співпереживання іншим, але дієвий компонент у ньому виражений слабо. Так деякі діти за не готові надати допомогу за власною ініціативою, не виявляють бажання до цього. Для них є типовими наступні пояснення ситуацій: «Йому боляче. Мені його шкода»; «Хлопчик плаче, а мені теж сумно». Водночас, за опозицією дорослого такі діти із задоволенням надають допомогу іншим. Діти з емоційним рівнем реагуванням на переживання інших не завжди виявляють почуття обов'язку та турботу щодо інших. У цьому вони також залежать від підказок дорослого. Вони охоче відповідають згодою на опозицію потурбуватись про слабшого.

Так, відомо, що у дитини у старшому дошкільному віці зростає незадоволеність станом її міжособистісних взаємин, відзначається зниження інтересу до гри та інших дитячих занять, поступове зростання мотивації до оволодіння новим видом діяльності - учіння. Водночас, посилюється тривожність, стурбованість дітей у зв'язку із очікуваним вступом до школи. Тому лише незначна частина старших дошкільників залишаються емоційно стабільними з перевагою позитивних переживань. Все ж таки найбільш характерною для цього вікового періоду є часте чергування позитивних і негативних емоційних станів дитини, особливо залежно від результатів своєї діяльності та ставлення до них дорослих.

Тобто, при оптимізації емоційного розвитку старших дошкільників, актуальним є насичення позитивних емоцій дітей новим змістом, пов'язаним із вступом до школи, а також стабілізація їх переживань за рахунок посилення впевненості у своїх силах, здатності до подолання перешкод.

Висновки до розділу 2

На сьогоднішній день існує тенденція до зростання кількості дітей дошкільного віку з проблемами у емоційно-психологічній сфері. Постає проблема надання ефективної психологічної допомоги дітям.

Діагностика дітей здійснювалась шляхом використання адаптованих проективних методик.

За результатами теоретичного та практичного аналізу проблеми нами були визначені критерії емоційного розвитку старших дошкільників, їх показники, а також підібрані методики до їх визначення. На основі таких критеріїв, як модальність емоційних станів досліджено експресивні реакції, якість емоційних станів дитини під час виконання нею різних видів діяльності, у різних життєвих ситуаціях (перебування у ДНЗ, у колі сім'ї); динамічні особливості емоційних проявів (швидкість зміни модальності емоційних станів (чи довго дитина перебуває у незмінному настрої, чи глибоко переживає негативні чи позитивні враження), активність (рухова, психічна (чи проявляє дитина прагнення до пошуку невідомого, чи зацікавлена), соціальна (чи активна дитина при взаємодії з ровесниками, дорослими), творча креативність дитини)); здатність усвідомлювати власні емоційні стани (здатність розпізнавати свої емоційні стани, здатність до вербалізації своїх станів, спроможність давати адекватну відповідь як і вербального, так і невербального типу щодо якості свого переживання); здатність до розпізнавання емоційно-почуттєвих станів інших (здатність розпізнавати емоційні стани іншої людини, здатність давати адекватну відповідь як вербального, так і невербального типу щодо якості переживання за його зовнішніми проявами в іншої людини); здатність до відгуку на емоційні стани інших (здатність допомагати іншим з урахуванням причини (за власним бажанням, на прохання однолітка, на прохання дорослого)) була обґрунтована характеристика трьох рівнів (високого (стабільно позитивного),

середнього (ситуативно залежного) та низького (стабільно пригніченого)) емоційного розвитку старшого дошкільника.

Проведене дослідження особливостей розвитку емоційно-психологічної сфери дітей дошкільного віку дозволило виявити, що дитина зі стабільно-позитивним (високим) рівнем емоційного розвитку відзначаєтеся стабільною позитивною модальністю емоційних станів, емоційною жвавістю, швидким відновленням після негативних переживань, здатністю безпомилково розпізнавати емоційно-почуттєві стани свої та інших, здатністю до дієвого відгуку на емоційно-почуттєві стани інших.

Дитина із ситуативно-залежним (середнім) рівнем емоційного розвитку відзначається коливанням модальності емоційних станів залежно від ситуації, швидкою й різкою зміною настрою, тривалим відновленням після негативних переживань, помилками при розпізнаванні емоційних станів своїх та інших, а також не досить дієвим відгуком на емоційні стани інших. Стабільно-пригнічений (низький) рівень емоційного розвитку старшого дошкільника відзначається зниженням у дитини емоційно-почуттєвих проявів, її низькою здатністю до розпізнавання емоційних станів у себе та у інших, а також байдужим ставленням до переживань інших людей.

Отже, проведене емпіричне дослідження дозволило виявити особливості емоційно-психологічної сфери дітей дошкільного віку, що більш як 50% старших дошкільників відзначаються середньою нестійкою модальністю, приблизно 20% позитивною, і близько 20-25% пригніченою модальністю емоційних станів.

Окрім того, отримані дані можуть свідчити про те, що без надання спеціально організованої психологічної допомоги, спрямованої на психокорекцію емоційних розладів у дошкільному віці, негативні прояви особистості лише закріплюються та посилюються.

РОЗДІЛ 3
АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНА РОБОТА ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ РОЗЛАДІВ ДОШКІЛЬНИКА

3.1 Мета, завдання та організація формувального етапу дослідження

Методи арт-терапії дозволяють нівелювати труднощі, з якими психолог зіштовхується під час корекції емоційних станів дітей дошкільного віку. Терапія мистецтвом підходить для різних вікових груп дошкільників, а також для різних сфер корекції особистості. Виконуючи одночасно декілька терапевтичних та корекційних функцій, методи арт-терапії дозволяють заощадити час та безболісно для дитини корегувати поведінкові та особистісні розлади.

Ураховуючи вікові та психологічні особливості дошкільників, нами були підібрані методи арт-терапії для здійснення корекції особистісних якостей.

Для забезпечення принципу достовірності та надійності отриманих даних вибірку дітей було розподілено на дві групи: експериментальну (далі - ЕГ) та контрольну (далі - КГ), кількість дітей в обох групах склала 14 дошкільників.

В експериментальній групі протягом року з дітьми проводились корекційні заняття з арт-терапії. Кількість дітей у групі сягала від 5 до 8 (залежно від складності порушення та загального рівня розвитку дитини). Кожне заняття мало корекційну, розвивальну та виховну мету.

Робота з групою проводилась 2 рази на тиждень. Тривалість однієї групової зустрічі залежала від якості уваги дітей та швидкого виконання ними завдань. Заняття складались із різних видів психологічних ігор, етичних бесід, рольових програвань ситуацій, вправ на релаксацію та розвиток самоконтролю, психологічних етюдів, пантоміми, дихальної гімнастики та обов’язкового елементу для кожної зустрічі - однієї з технікарт-терапії: ізо-

терапії, музикотерапії, казкотерапії, ігротерапії, психогімнастики, терапії природними матеріалами (піском та глиною).

Також дітям пропонували наступні методи психокорекційної роботи з емоційними порушеннями.

Наприклад, дітям пропонується зіграти в гру «Підбери емоцію». Для цього їх треба попередньо ознайомити з назвами емоцій:

радість	журба	задоволення
увага	сум	заздрість
горе	щастя	сором
гнів	провина	інтерес

Ознайомившись з назвами цих та інших емоцій, можна запропонувати і таку вправу: кожній із вивчених емоцій присвоїти свій колір. Наприклад: жовтий — радість, червоний — гордість, синій — сором. Психолог називає колір, а діти повинні прийняти позу, яка відповідає емоції за певним кольором.

З великим задоволенням діти виявляли радість, гнів, біль, сором, занепокоєння, використовуючи при цьому кольорові олівці чи фломастери. Доцільно продовжити цю вправу, запропонувавши дітям обмінятися малюнками та спробувати пізнати настрій свого товариша. Інколи за допомогою цих вправ вдається відкоригувати деякі недоречні прояви поведінки. А зникають проблеми — поліпшується настрій, поведінка дітей стає контрольованою [4].

Вправа «Покажи емоцію»

Учасники розбиваються на пари. Один із партнерів кожної нари лідходить до тренера, який дає завдання показати якусь емоцію. Другий партнер відгадує, після чого вони міняються місцями.

Вправа «Емоція по колу».

Один учасник показує сусідові якусь гримасу. Той якомога точніше її копіює і передає далі. Гримаса передається по колу і повертається до штора». Він говорить, яку емоцію хотів передати, і яку отримав, а всі

учасники мають можливість подискутувати, чому нас часто неправильно розуміють. Ведучий пропонує спробувати передати свої емоції но колу наступним бажаючим.

Вправа “Віддзеркалення емоційного стану”.

Всі учасники розбиваються на нари. Один виконує роль «дзеркала», яке повинно віддзеркалити емоційний стан, продемонстрований партнером. Цю вправу потрібно виконувати мовчки. Емоційний стан демонструють за допомогою міміки і пантоміми. Кожен виконує вправи по 3 рази (різні емоційні стани).

Вправа "Скульптура".

Цю вправу виконують у парах. Нехай один учасник буде «скульптором», а другий — «глиною». «Глина» — піддатлива «скульптору» і зберігає форму, яку їй надають. «Скульптор» надає «глині» вираз емоції, яку пропонує ведучий. «Скульптор» повинен працювати мовчки і не давати жодних словесних вказівок «скульптурі».

Вправа «Перетворення».

Група повільно рухається. Один з учасників гри стоїть у центрі кола. Інші уявляють, що він перетворився:

1. у чудовисько — група демонструє відразу;
2. у надзвичайно гарну дівчину;
3. у того, кого ніхто не хоче помічати;
4. у суворого дядю.

Своє ставлення до учасника група повинна виявляти тільки за допомогою міміки і жестів. Після закінчення вправи учасники обмінюються враженнями. Цю вправу можна використати також на занятті з рольової поведінки.

Вправа «Посмішка по колу».

Цією вправою добре починати або закінчувати заняття. Учасники сидять у колі, беруться за руки. Перший учасник повертається до свого сусіда праворуч або ліворуч і посміхається йому. При цьому можна «взяти» посмішку в долоні і обережно передати її іншому.

Вправа «Малюємо злість».

Варіант 1. Учасникам пропонується намалювати на аркушах паперу свою злість так, як воли її уявляють, а потім знищити малюнок, або зробити вогнище і спалити власну злість.

Варіант 2. Тренер пропонує учасникам намалювати на аркушах паперу портрет людини, до якої вони відчувають злість і агресію. Коли це зроблено, всі одночасно розривають малюнки і викидають їх у кошик для сміття.

З метою корекції страхів пропонувались наступі методи.

Підвищення загального рівня емоційних переживань дитини. Якщо дитина постійно пригнічена, відчуває негативні емоції, то основна задача - навчити дитину відчувати позитивні емоції. Це може бути досягнуто різними ігровими методами. Кожна нова гра, прогулянка будуть закріпленням досягнутого ефекту, а розширення гри, включення в неї нових елементів збільшить кількість об’єктів, що викликають позитивні емоції дитини.

Розігрування ситуації взаємодії з предметом страху в грі. Для гри необхідно підібрати іграшки, які схожі на той предмет, якого дитина боїться (собаку, страховисько) і пограти в “страх”, розіграти сюжет, в якому дитина може “розправитися” зі своїм страхом, відіграти свої емоції в символічній формі і позбутися від напруги.

Емоційне переключення. Незначимість об’єкту, що лякає дитину, дорослий може підкреслити короткою фразою, виразним жестом ніби відкинути, проігнорувати.

Наслідування і підключення. Дитина наслідує дорослого не тільки в поведінці, але й підключається до його оцінок. Впевнена поведінка дорослого надасть впевненості дитині.

Емоційні гойдалки. Принцип гойдалок полягає в переході з одного стану в інший (протилежний). Для емоційних процесів гойдалки означають поперемінний перехід від стану небезпеки до стану безпеки.

Наприклад, з темрявою дитина може гратися, то забігаючи в темну кімнату, то вибігаючи з неї.

Емоційний конфлікт. Так як страх - емоційне явище, то скоректувати його можна сильнішою емоцією. Наприклад, якщо дитина любить ляльку, то їй можна приписати роль “захисника”. Це створення ситуації, в якій можна оволодіти об’єктом страху через формування додаткових емоційних відносин, які допоможуть подолати страх [58].

Діяльнісна терапія. Необхідно займати дитину якоюсь діяльністю протягом дня.

3.2. Особливості використання методів арт-терапії у корекційній роботі з старшими дошкільниками

Розглянемо більш детально деякі методи та техніки арт-терапії, що були використані в психокорекційній роботі емоційно-психологічної сфери з дошкільниками.

Малювання - ефективний вид арт-терапії, який допомагає дитині зрозуміти себе, виражати свої думки і почуття, мрії та надії, позбутися своїх страхів і самовдосконалюватися.

Ізотерапія (малювання) - найпопулярніший метод арт-терапії. Ваш малюнок може бути: довільний, тематичний, сюжетний, хаотичний. Про майстерність і талант в арт-терапії мова не йде. Головне - отримати величезне задоволення від самого процесу малювання.

Малюнкові сесії з дошкільниками не повинні обмежуватися звичайним набором образотворчих засобів (папір, пензлі, фарби) і традиційними

способами їх використання. Дитина більш охоче включається в процес, відмінний від того, до чого він звик [37 с, 79-97].

Перелічимо умови добору технік і прийомів створення зображень, від яких залежить успішність арт-терапевтичного процесу з дітьми.

Умова 1. Техніки і прийоми повинні підбиратися за принципом простоти і ефектності.

Дитина не повинна відчувати труднощі при створенні зображення з допомогою пропонованої техніки. Будь-які зусилля у ході роботи повинні бути цікаві, оригінальні, приємні дитині.

Умова 2. Цікавими і привабливими повинні бути і процес створення зображення, і результат.

Обидві складові в рівній мірі цінні для дитини, і це відповідає природі дитячого малювання, є його особливістю. Зображувальна техніка не суперечить потребам і можливостям дитячого віку, якщо володіє зазначеною межею. Створювати зображення в даній техніці буде для дитини також природно, як малювати.

Умова 3. Образотворчі техніки і способи повинні бути нетрадиційними.

По-перше, нові зображувальні способи мотивують діяльність, спрямовують і утримують увагу.

По-друге, має значення отримання дитиною незвичайного досвіду. Раз незвичайний досвід, то при його придбанні знижується контроль свідомості, слабшають механізми захисту. У такому зображенні присутня більше свободи самовираження, а значить, неусвідомленої інформації. Маленькі діти з задоволенням включаються до створення зображень незвичайним способом, наприклад, за допомогою сухого листя або гілок.

Техніки ізотерапії:

- штрихування, каракулі;
- монотипія,
- кляксографія,
- ниткографія,

- штампування (папером, природним матеріалом, штампами, виготовленими з овочів),
- краплеграфія
- малювання пензлями, долоньками, пальчиками
- видування з трубочки,
- розбризкування пензлем,
- тампонування,
- малювання восковими олівцями, свічкою,
- використання трафарету.

Педагог планує показники спостереження за творчим процесом, що мають значення для конкретної дитини або групи дітей. Показники обираються серед наявних потреб .

Правила спостереження:

- дитина погоджується на діяльність (або відмовляється);
- зберігає зацікавленість до зображувальної діяльності протягом всього заняття або його творча діяльність короткочасна;
- бажає працювати на всьому просторі скляного мольберта чи віддає перевагу обмеженому простору;
- проявляє інтерес до нетрадиційних технік зображення (придумує нові);
- проявляє активність чи пасивність;
- швидко «вживається»в творчий процес або поступово;
- продовжує взаємодію із зображенням після закінчення художньої діяльності або відсторонюється від нього;
- емоційно відгукується на творчість або не виражає емоційне відношення;
- з легкістю переходить від одної до іншої техніки зображення чи проявляє стереотипність мислення;
- працює з бажанням або через необхідність;
- проявляє експресивність чи стриманість під час малювання;

- змішує кольори безпосередньо на поверхні скляного мольберта або на палітрі;

- створює зображення мовчки або супроводжує творчий процес коментаріями, мовлення плавне чи без покійне.

Груповий аспект спостереження:

- дитина проявляє ініціативу в установленні контакту;

- продукує творчі ідеї;

- враховує інтереси інших членів групи;

- чи порушує простір інших дітей, малює зверху на зображеннях інших дітей;

- відокремлює художні матеріали для власного використання.

Необхідно попередити про те, що не слід просити дитину не брудниться - це дуже обмежує, створює бар’єри, провокує відчуття провини, тоді як дитина майже не може виконати таку обіцянку.

Під час проведення психокорекцій них занять із дітьми експериментальної групи використовувались техніки арт-терапії з неструктурованим матеріалом, а саме: піском, глиною, солоним тістом.

Ці техніки дозволили одночасно охопити декілька цілей.

Так, наприклад, спершу в роботі було використано такий матеріал, як солоне тісто.

Колективна робота «Акваріум» передбачала психокорекцію тривожності, імпульсивності та агресії, зняття психоемоційної напруги, формування єдності та дружності.

Робота виконувалась у декілька етапів. На першому етапі дошкільникам було запропоновано «познайомитись» із таким матеріалом, як тісто, виконуючи з ним різні маніпуляції: торкнутись пальчиком тіста, потім усією долонькою погладити, сильно пом'яти шматок тіста, скатати та розчавити кульку тощо. Робота з таким матеріалом, як тісто, пластилін, пісок, глина сама по собі є терапевтичною, тому дітям було надано можливість удосталь напрацюватись з цим матеріалом.

На другому етапі дошкільники розглядали заготівку «акваріума», створену психологом (картонний ящик синього кольору усередині якого розташовані різноманітні камінці, штучні водорості). Завданням для дітей було виготовлення рибок із солоного тіста, якими необхідно заповнити акваріум.

Для виготовлення рибок використовувались формочки для тіста та кольорові фарби. Заняття мало на меті не дотримання правильної методики ліплення, а психологічну допомогу дитині, тому ліплення у цьому разі було повністю творчим процесом (вид рибки, її колір, форму - усе дитина обирала самостійно).

Заповнивши акваріум зробленими рибками, було звернено увагу на те, що яка кожна рибка різна, так і всі діти індивідуальні та чудові, котрі разом створюють дивовижну картину.

Створений акваріум використовувався діагностичним матеріалом, бо важливим для спостереження був процес взаємодії дітей та розташування рибок на ватмані (місце дитини в групі, її бачення себе в групі).

Такою ж за технікою була робота з глиною під назвою «Глиняне місто», яка також мала на меті корекцію тривожності, імпульсивності та агресії, а також зниження психоемоційного напруження, розвиток уміння взаємодіяти.

Під час проведення технік дітей було «познайомлено» з новим матеріалом - глиною, показано різні шматочки (за величиною, кольором) та маніпуляції з нею (дошкільники мали торкнутись пальчиком, погладити, добре пом'яти той шматок, який обрали саме собі). Після чого дітям з , емоційними порушеннями було запропоновано побудувати власну «глиняну доріжку» на спільному столі (кожна дитина будувала свою). Побудова І дороги мала декілька психокорекцій них цілей:

по-перше, підщипування маленьких шматочків глини та розташування їх нашаруванням один на одного сприяло зняттю психоемоційного напруження, тривожності та агресії за допомогою м'язової фіксації;

по-друге, дошкільники, сидячи за одним столом, мали будувати власну дорогу та взаємодіяти один з одним (дороги можуть перетинатись, вести до іншої дитини або ж обходити усіх), що призвело до необхідності встановлення комунікації та вирішення конфліктних ситуацій.

Робота з піском «Картина світу» також, окрім психокорекції агресивності та тривожності, слугувала для діагностики наявних дитячих проблем, розвитку комунікабельності, креативності, уяви, а також формування вміння взаємодіяти у групі та виловлювати свої думки. Гра з піском проводилась у три етапи.

1 етап «Знайомство з піском»:

- Робота з магнітами (психолог пояснював дітям, що пісок може бути забруднений, тому, щоб не пошкодитись перед початком гри його слід почистити: для цього було використано магніти (магніти можуть бути тематичними, наприклад, із тваринами, квітами, емоціями (смайлики) або ж прості). Можлива варіація - очищеня піску через решето.

- Привітання з піском (після очищення піску дітям запропонували «привітатись» із ним, доторкнувшись до нього по черзі пальцям однієї руки, а потім усіма пальцями одночасно («вітаються пальчики»). Потім привітатись кулачками (спочатку легко, а потім із напруженням малюк стискав кулачки з піском, поволі висипав його з ручки). Торкнувшись усією долонькою (внутрішнім та зовнішнім боком), погладити, стиснути його в кулачок, просіяти між пальцями та описати який він.

- Малювання на піску (дітям пропонувалось виконати прості вправи на піску: намалювати рівну, хвилясту, ламану лінію: одним пальчиком, декількома, усією долонькою, кулачком. Малювання можна зробити і тематичним, наприклад, гра «Залишаємо незвичайні сліди»).

2 етап «Побудова міста чи країни «Наш власний світ».

Психолог запропонував дітям створити власне пісочне місто (країну). Діти самостійно обирали свого героя із запропонованих наборів психолога (це були стандартні набори іграшок для пісочниці) та створювали домівки,

дороги, магазини, галявини, сади (усе, чого діти бажали). Також було використано і додатковий матеріал: воду, гілочки, палички, листя дерев, коробочки, кришечки тощо.

3 етап «Моя історія».

Слід зазначити, що цей етап проводився не з усіма групами, а з дітьми, які мали достатній рівень розвитку мовлення. Після того, як будівництво міста було завершено, психолог пропонував розповісти про свого обраного героя: хто він; як його звати; що він робить чим займається у цьому місті; як йому живеться; як він себе почуває; про що він мріє; що його турбує; яка в нього сім'я; який у нього настрій чи характер тощо. Така розповідь мала як терапевтичну, так і діагностичну мету.

До ізо-терапевтичних технік також належали такі: малювання і, пальцями, кляксографія, малювання «Мій страх», «Квітка радості», малювання в парі через скляний екран та просто парне малювання. Розглянемо декілька технік більш детально.

Вправа «Квітка» мала на меті зняття емоційної напруги у дітей. Для її проведення використовували наступний матеріал: папір, пензлі, фарби, олівці, фломастери.

Тренер говорив: «Закрий очі і уяви прекрасну квітку. Як вона виглядає? Як вона пахне? Де вона росте? Що її оточує? А тепер відкрий очі і спробуй зобразити все, що представив. Який настрій у твоєї квітки? Давай придумаємо історію про нього» (важливо закінчить вправу на позитивному настрої, якщо дитина склала сумну історію або у його квітки поганий настрій, то можна запропонувати змінити малюнок або історію так, щоб настрій став хорошим.

Вправа «Маска» проводилась з метою відпрацювати турбуючі ситуації. Матеріал, який використовували: картон, кольоровий папір, фломастери, дрібні деталі для прикраси маски, гумка для кріплення маски, ножиці.

Тренер говорив: «Давай уявимо, що нас запросили на бал-маскарад. Яку б маску ти одягнув? Давай спробуємо її змайструвати. А тепер давай

розіграємо історію, яка могла б статися на балу з цими масками» (дітям не показували зразок - нехай сам придумує маску, допомагали тільки з і конструкцією. Підбадьорювали дитину. Неправильних або не красиві масок бути не може, тому що тільки малюк знає, якою вона має бути).

Кляксографія. Метою проведення цієї техніки було створення позитивної атмосфери колективі, розвиток креативності, уяви та фантазії, формування вмінь взаємодіяти у групі, корекція гіперактивності та імпульсивності Дітям було запропоновано на білий ватман нанести пляму (кляксу) за допомогою піпетки (використовувалась різнокольорова акварель; кожна дитина обирала свій колір); далі за допомогою звичайної трубочки діти роздмухували пляму в різні боки (деякі діти не могли роздмухати через трубочку, тому їм було запропоновано повертати папір у різні боки). Ця вправа проводилась на спільному ватмані та на окремому аркуші для кожної дитини (які потім об'єднуються в одну картину).

Після завершення психолог пропонував дітям пильно вдивитись у плями та придумати те, на що схожі їхні плями та плями товаришів, вигадати назву створеній картині. Ігри в клякси добре сприяють послабленню збудження емоційно розгальмованих дітей.

Малювання через екран. Мета цієї техніки - навчити дітей взаємодіяти з іншими, знаходити спільну мову, а також справлятись із власними емоціями (розвиток самоконтролю).

Для реалізації цієї техніки спеціально було розроблено та виготовлено дерев'яну конструкцію, яка тримає прозоре скло (скло виймається для миття) - екран. Діти, об'єднавшись у пари, малюють на спільному екрані (кожен зі свого боку). У пари було поєднано протилежних за типом дітей: активних та інертних, замкнутих та демонстративних.

Дошкільникам було надано завдання намалювати те, що їм хочеться. Тому на екрані дошкільнята малювали пальцями спочатку кожен своє. Через те, що діти не могли впливати на малюнок напарника (малюнок якого

впливав на загальну картину), їм необхідно було домовлятись, знаходити спільну мову.

Ефективність цієї техніки спостерігалась безпосередньо під час заняття: діти спочатку гнівались, сварились (через те, що малюнок іншого впливає на їхній малюнок), закривали руками малюнки сусіда, а вже під кінець заняття малювали спільний малюнок. Проте були і такі пари дошкільників, які одразу, безконфліктно взаємодіяли, домальовуючи починання один одного.

Також під час занять з арт-терапії дошкільникам було запропоновано різні варіації малювання в парі: коли діти обмінюються малюнками та домальовують їх; коли діти на одному аркуші з різних боків бризкають фарбою (за допомогою щітки), а потім аркуш згинається та розтирається. Ці техніки застосовувались із метою розвитку навичок взаємодії з оточуючими.

Під час їх виконання у більшості дітей виникали конфлікті ситуації (не хотіли ділитись аркушем, обурювались, що хтось займає більшу частину, не хотіли малювати разом), вирішення яких сприяло формуванню у дошкільників нових конструктивних способів поведінки та позитивних особистісних якостей.

Під час проведення групового арт-терапевтичного заняття «Будиночки» яскраво проявлялись особистісні особливості дітей і проблеми, пов’язані з налагодженням міжособистісних відносин.

Для проведення такого заняття знадобиться ватман формату А1, кольорові олівці, фломастери і воскові крейди.

Ведучий говорить: «Багато тварин живуть у нірках, і ми зараз намалюємо кілька нірок. Вони бувають круглими, великими, маленькими. Кожна нірка має свій колір. А хто житиме в ваших нірках, ви придумаєте самі».

Кожна дитина малює від 2 до 7 нірок (залежно від кількості дітей). На аркуші можуть з’явитися нірки не тільки у вигляді кіл або овалів, а у вигляді будиночків, горбків, прямокутних загородок, парканчиків і т.д.

Часто діти малюють поряд з нірками їх мешканців, які можуть бути реалістичними або вигаданими.

Після створення будиночків треба попросити дітей намалювати доріжки від однієї нірки до іншої. Діти, в першу чергу, з'єднують між собою свої нірки, а потім проводять доріжки до нірок тих дітей, кому вони симпатизують.

Доріжки по всій довжині прикрашаються травичкою, деревами, квітами.

Діти беруть активну участь не тільки у створенні своїх малюнків, але й коментують чужі, відстоюють для себе місце на загальному листі, вимагають не перетинати свої доріжки або домовляються зробити загальні.

З дітьми проводилась арт-терапевтична вправа «Безлюдний острів», спрямована на створення впевненості у своїх силах і ситуації успіху у дитини. Крім того, дуже добре можна простежити характер взаємин дитини з соціумом, побачити як малеча сприймає світ! Цю вправу можна проводити як колективно так і індивідуально з психологом.

Для заняття потрібно аркуш формату А 3. В центрі малюється круглий або овальний острів, а навколо нього діти малюють хвилі. Хвилі можуть бути величезні або маленькі, характер їх теж може бути різним: спокійні, штормові, з білими баранчиками.

Потім ведучий пропонував дітям створити на острові такі умови, при і яких можна було б вижити. Дітям необхідно було придумати і намалювати: житло, їжу та способи її добування, воду, захист від нападу і т.д. Також дітям необхідно було намалювати географічну карту острова: гори, пляжі, джерела | води (можливо, корисних копалин - діти дуже люблять малювати поклади і золота і алмазів), вулкани, ліси і т.д.

Психолог брав участь у процесі облаштування острова, ставлячи питання: «А якщо скінчиться їжа? А раптом піде дощ? А як ви будете будувати човен? »

Якщо на острові виявлялась хижа тварина або агресивні аборигени, діти повинні були продумати, як вони будуть захищати себе і свої припаси, чи будуть вони самі нападати або будуть готуватися і чекати нападу.

«Безлюдний острів» - це наочний приклад взаємин дітей у соціумі, під час заняття можливо простежити характер поведінки кожної дитини окремо (слухаючи її пропозиції) і колективу в цілому (бачачи кінцевий результат).

Деякі діти під час малювання просили допомоги у дорослого. Це давало свій позитивний результат. Оскільки не тільки малювання, а й споглядання за самим процесом малювання надає дитині емоційну розрядку, яка їх потрібна.

Але, були такі діти, які відмовлялись від малюнку (боячись припуститися помилки, повторити невдалий досвід). Від помилок ніхто не застрахований, психолог намагався з малюком переробити завдання.

Коментарі до малюнків. Відкритий кричущий рот, кулаки, кігті, гострі зуби, шипи, колючки, портрети хижаків, динозаврів, роботів-вбивць, зброя, стихійні лиха - агресія або страхи. Бруд (забруднити одяг, плями на підлозі, брудний посуд і т. п.) говорить про внутрішній неспокій дитини, дисгармонія, хронічне відчуття провини. Зображення статевих органів у дитячих малюнках - тривожна ознака. Тверді, впевнені лінії в малюнку - рішучість, емоційну рівновагу. Малюнки на весь аркуш - свідоцтво про завищену самооцінку, схильності до марнославства. Малі розміри малюнків, навпаки, говорять про невпевненість дитини у собі, занижену самооцінку, емоційна залежність, можливу схильність до депресії.

Ще одним різновидом ізо-терапії були техніки з декорування, робота з кольоровим папером. Робота з кольоровим папером передбачала як виготовлення виробів (наприклад, «Букет квітів; оберіг від страхів «Дракон»), так і створення певних картин за допомогою аплікацій зі шматочків порваного паперу («Морський пейзаж», «Сонечко»). Під час створення картин діти мали нарвати маленьких шматочків кольорового паперу і наклеїти їх на заготовлений трафарет (сонечка, морського пейзажу).

Декорування ми використовували під час роботи з гіпсовими фігурками, яку діти заздалегідь самостійно виготовляли, а потім прикрашали за допомогою фарби, бісеру, блискіток («Поляна квітів», «Лісові жителі») а також під час створення «мішечків для гніву», які дозволяли дітям упоратись із власним гнівом та агресією в соціально допустимій формі.

Ці техніки сприяли розвитку уяви та фантазії, формуванню естетичного смаку, позитивного сприйняття дійсності, сублімації через творчість, а створення картин (за допомогою маленьких шматочків) сприяло ще й психокорекції агресії, гіперактивності, подоланню стресу та тривоги.

Кожне психокорекційне заняття містило в собі різні види ігор. Основна мета використання ігор - корекція викривлень у психічному розвитку дитини, перевлаштування форми емоційного реагування, стереотипів поведінки. У роботі з дошкільниками з порушення інтелекту широко використовувались ігри, спрямовані на емоційно-особистісну децентралізацію, подолання егоцентризму, підвищення рівня розуміння та співчуття («Лагідне ім'я», «Дзеркало», «Встаньте ті, хто...», «Що змінилось», «Мій настрій», «Сиджу, сиджу на камінці», «Руки знайомляться, руки сваряться, руки миряться», «Посмішка» тощо), а також вплив на психоемоційне напруження («Горобчикові бійки, «Трансформатор», «Барвінок», «Лагідні долоньки», «Плескай-тупай» тощо).

Використання рухливих ігор на групових заняттях задовольняли дитячу потребу у фізичній активності («Дракон», «Повільно-швидко-стоп», «Заведена іграшка», «Півники», «Солдат та лялька» тощо), а також дало можливість розвивати навички самоконтролю та саморегуляції (ігри «Роби як я», «Секрет», «Равлик», «День-ніч» тощо). Ігри також були підібрані таким чином, щоб після завершення психокорекційної програми у дошкільника сформувались соціальні навички, засвоїлися нові ролі, розкрились латентні якості особистості, а також, знизився рівень тривожності та імпульсивності.

У сучасному світі дитяча психіка зазнає впливу безперервно зростаючого інформаційного потоку, потерпає від погіршення екології та

інших негативних зовнішніх чинників. У результаті з'являються проблеми в розвитку емоційної сфери дітей, найпоширенішими з яких є фізичне та емоційне напруження. Воно проявляється у дратівливості, агресії тощо і є перешкодою для гармонійного та ефективного розвитку особистості дитини. Зарадити цьому може музикотерапія.

Невичерпні можливості музики впливати на внутрішній світ дитини особливо виділяють методику музикотерапії з ряду інших терапевтичних методик [57].

Музична терапія використовує музику як основний чинник психоемоційного впливу на дітей. Здавен відомо, що настрій, емоційний стан людини можна синхронізувати з музикою.

Наприклад, марш завдяки своєму чіткому ритму має властивість бадьорити та мобілізувати людину, натомість плинна, рівномірна, тиха колискова заспокоює, навіює сон.

При музикотерпаії широко використовується здатність музичного звуку, тембру, ритму, темпу впливати на внутрішній світ дитини, викликати тілесні, психічні та емоційні реакції і направляти їх.

На сучасному етапі музична терапія далеко просунулася в дослідженні впливу музичного досвіду на розвиток особистості. Відповідь на запитання, чому музика настільки сильно торкається глибин нашої різноманітної особистості, потрібно шукати в минулому, коли ми ще були в материнській утробі й відчували музику ритму материнського серця, музику її тіла, музику її подиху й голосу.

Найуживанішими з інтегрованих методів музикотерапії є:

- малювання під музику;
- музично-рухливі ігри;
- пантоміма;
- пластична драматизація під музику;
- музична кольоротерапія;
- створення казок під час та після слухання музики.

Музикотерапевтичні вправи для зменшення у дітей фізичного та емоційного напруження зазвичай містять два основних компоненти, а саме:

- сприймання музики в русі;
- заспокоєння й вирівнювання дихання.

Музикотерапевтична вправа може мати такі фази:

- встановлення контакту з дитиною, визначення її емоційного стану;
- добирання музики для корекції та гармонізації емоційного стану
- дитини;
- зменшення емоційного напруження — застосування динамічної музики, що стимулює інтенсивні емоції і дає дитині змогу «скинути» емоційне навантаження;
- розслаблення і заряд позитивними емоціями — застосування спокійної музики, що знімає напруження і створює атмосферу вдоволення.

Виконанню поставлених завдань із музикотерапії сприяє програмовий репертуар (додаток А). Для дітей на другому році життя він складений із контрастних за характером творів, нескладних за змістом, які відбивають яскраві, близькі дітям образи (спокійна “Колискова” М. Красева, “Конячка”, “Автомобіль” М. Раухвергера). Дітям на третьому році життя пропонується складніший репертуар. У ньому пісні, що відображають явища природи (“Осіння пісенька” Ан. Александрова, “Зима пройшла” Н. Метлова), близькі й зрозумілі дітям образи (“Заинька” М. Красева, “Лялька” М. Старокадомського), народні мелодії, інструментальна музика.

Важливим елементом музикотерапії є виразне виконання музичного твору. Разом із тим під час роботи необхідні наочні прийоми, що залучають тину до музики — показ іграшки. Дітям приємно слухати музику й дивитися на іграшку, про яку співається в пісні. Візуально сприйманий образ сприяє розумінню змісту виконуваної пісні, її запам’ятовуванню. Із цією метою

застосовуються й персонажі лялькового театру, за допомогою яких інсценується зміст того або іншого твору.

Групова пасивна музикотерапія (прослуховування музики) і проводиться два рази на тиждень, склад групи — 8-9 дітей. Музика допомагає змінювати настрій дітей, відволікає від розчарувань, зменшує тривожність.

У дитячому садку використовується прийом групової вокалотерапії. Співи — це важливий метод активної музикотерапії, тривалість заняття 10-15 хвилин, група з 8 дітей розташовується в замкнутому колі, ведучий співає І. разом з дітьми. Пісні підбираються відповідно до настрою групи. Бажано, і щоб жива пісня звучала і вдома.

Кожен ранок у дитячому садку розпочинається з ранкових музичних І привітань. Під чарівні звуки музики дітей запрошують до спортивної зали на І ранкову гімнастику. У дітей створюється позитивний настрій, діти ефективно І спілкуються. Музичні привітання налаштовують дітей на добрий настрій та І успіх протягом дня.

Запропоновані сеанси практичної музикотерапії допоможуть І позитивно вплинути на розвиток і виховання малят, зокрема:

Сеанс “Доброго сну” — де зібрані колисанки (музика з повільним темпом і чітким ритмом) у виконанні, наприклад, Віктора Непомнящего, Ірини Горбатюк, тріо “Либідь”, Лідії Михайленко, Ніни Матвієнко. Слухаючи музику цього сеансу, діти швидко засинають, їм сняться гарні сни. Гіперактивним дітям цей сеанс заспокоює нервову систему.

Сеанс “Доброти” — цей сеанс містить музичні композиції зі старих добрих мультфільмів, музично-літературні композиції за дитячими казками, де звучать голоси казкових персонажів. Ці пісні й сьогодні зігрівають любов’ю дитячі душі, вчать добрим, чесним і миролюбним відносинам з тими, хто оточує.

Сеанс “Наші друзі” — відбірка пісень про наших маленьких друзів — тварин та комах. Пісні минулого й сучасності втілюють душевну гармонію, демонструють еталони доброго, чуйного ставлення до братів наших менших.

Сеанс “Усмішки”. Усмішка — це духовний дар, вона дає кожному наснагу і примножує духовні здобутки. В цьому сеансі зібрані веселі, яскраві, мажорні пісні. Ці пісні створюють позитивний настрій, надають відчуття радості, віру в добро.

Сеанс “Звуки природи” — так звана екологічна музика. Усі звуки, що існують у природі, чинять підсвідомий вплив на психіку людини. Благотворно впливає шум листя і спів птахів — діти розслабляються і зливаються з природою. Шум хвиль позитивно впливає на емоційний стан дитини [57].

Музикотерапія також сприяє активізації пізнавальної й розумової діяльності.

Діти багато про що дізнаються, уважно слухаючи музику. Але найголовніше — це “школа почуттів”, що формується завдяки особливій властивості музики — викликати співпереживання слухачів.

Музикотерапія - це контрольоване використання музики в освіті, вихованні, лікуванні та реабілітації дітей [57, с. 15]. Музикотерапія активно використовується в корекції емоційних відхилень, страхів, рухових і мовних розладів, відхилень у поведінці, при комунікативних труднощах тощо.

Музика здатна встановлювати загальний настрій дитини. Під її впливом розвивається художнє сприйняття дитини, багатшими стають переживання. Немає дітей абсолютно байдужих до музики.

Отже, в процесі слухання музики розвиваються позитивні риси: (участь в музикотерапевтичному сеансі, дитина виражає себе, свій упевненість, чесність, сміливість, доброта тощо), проходять невротичні прояви (страхи, тривожність, невпевненість тощо). Таким чином, активно беручи емоційний стан співом, рухом, грою на інструменті, приводить до вирішення

внутрішнього конфлікту і, як наслідок, до стабілізації психоемоційного стану [58].

Отже, залучення дошкільнят до різних видів музичної діяльності з використанням прийомів та методів музикотерапії, сприяє успішному розвитку їхньої творчої активності. Застосування творчих завдань, ритмічних ігор, сеансів музикотерапії в дитячому садку та вдома стимулює процес І внутрішнього самовдосконалення дитини, створює широкі можливості для повноцінного розкриття всіх її потенціалів та відкриває перед нею ще один І шлях збагачення її музичного досвіду.

Доведено, що найважливішим для дитини є емоційний зв'язок з батьками, якого вона іноді позбавлена через брак часу в дорослих, адже наразі багатьом батькам простіше включити дитині комп'ютер, планшет, телевізор або смартфон.

Бачимо, що багато дошкільнят уміють вмикати телевізор, користуватися новомодними гаджетами та грати в «стрілялки» на комп'ютері.

Безконтрольний перегляд сучасних, «неякісних» мультфільмів, захоплення «дивними» комп'ютерними іграми виховує в дитячих душах агресію, вседозволеність, егоїзм [12, с. 56-57]. Потрібно пам'ятати, що з і телевізором, комп'ютером й іншими гаджетами дитина не може встановити зворотний зв'язок, відповідно сучасна техніка не може прищепити дітям доброту, емпатію, взаємовиручку, турботу і т.п.

Надмірне використання новітніх технологій може привести д емоційних та поведінкових розладів у дитини.

У дитинстві кожна людина пройшла етап розвитку шляхом прослуховування казок. Ми уявляли себе головним героєм улюбленої казки, співчували героям, складали історії, адже саме створення історій є психотерапевтичним заняттям, тому що у свій творчий продукт людина вкладає частинку внутрішньої реальності.

Казка символічна за своєю суттю і звертається відразу до підсвідомої частини психіки, без непотрібного контролю і зайвого аналізу. Діти теж говорять мовою образів і метафор і часто не замислюються про логічність почутого. Для дітей казка - найкращий спосіб пізнавати навколишній світ.

Слова «казка», «чудо», «чарівництво» мають особливе значення для людей і розширюють межі дійсності. Казку, як відображення глибинної психіки людини, досліджували такі зарубіжні психологи як Р. Гарднер, Е. Фромм, Е. Берн, К Юнг. Цей напрям також розроблявся багатьма педагогами й дитячими психологами Л. Виготським, Д. Ельконіним, М. Осоріною, В. Пропій ін. [9]. Ще К. Юнг зауважив, що персонажі казок, як і міфів, висловлюють різні архетипи і тому впливають на розвиток і поведінку особистості. Е. Берн указував на те, що конкретна казка може стати життєвим сценарієм людини.

Сучасні психологи Т. Зінкевич-Євстигнєєва, С. Черняєва, О. Гнєздилов, Р. Ткач, І. Вачков, Є Тараріна присвятили свою роботу до слідженню казок. Вони зібрали й опрацювали величезний казково-метафоричний матеріал як авторських, так і народних дидактичних казок, історій, притч, який використовується не тільки психологами, а й педагогами в навчально-виховному процесі. Перетворивши казку на спеціальний метод психології, вони розвинули його в окремий напрям казкотерапії [19,с. 12-13].

Казкотерапія - це процес пошуку, сенсу, інтерпретації знань про світ і систему взаємовідносин у ньому; перенесення казкових змістів у реальність; процес об’єктивізації проблемних ситуації, активізації потенціалу особистості, усебічного навчання і виховання; терапія середовищем, особливою казковою ситуацією, у якій може матеріалізуватися мрія, а головне, у ній з’являється почуття захищеності [22;73-76].

Казкотерапія - це один із ефективних методів роботи з дітьми, які зазнають тих чи інших емоційних та поведінкових труднощів. Суть цього методу у створенні особливої казкової атмосфери, яка робить мрії дитини

дійсністю, дозволяє дитині вступити у боротьбу зі своїми страхами, комплексами.

Основний принцип казкотерапії - цілісний розвиток особистості, турбота про душу, зцілення казкою.

Казкотерапія добре долає у дітей високий рівень тривожності, різноманітні страхи, агресивність, адаптує до різних дитячих колективів. Казкотерапію можна використовувати у роботі з агресивними дітьми, невпевненими, сором'язливими, брехливими, а також у випадках різного роду психосоматичних захворювань. Процес казкотерапії дозволяє дитині усвідомити та проаналізувати свої проблеми, побачити шляхи їх вирішення.

Відтак казкотерапія - це екологічний, травмобезпечний, безболісний спосіб у спілкуванні з дітьми. Можливо, тому, що саме за допомогою казок (або під їх впливом) формується життєвий сценарій і, відповідно, за допомогою казки особистість проходить переосмислення, трансформацію, перетворення внутрішнього і зовнішнього світу та моделювання кращого майбутнього.

Актуальність використання і новизна комплексної казкотерапії полягає в об'єднанні багатьох методичних, педагогічних, лінгвістичних, психотерапевтичних прийомів в єдиний казковий контекст і адаптації їх до і психіки дітей для формування самодостатньої особистості, тобто особистості, яка впевнена в собі, покладається на свої сили і незалежна від інших у своїх судженнях і прийнятті рішень.

Психологічні механізми впливу казок полягають у тому, що, сприймаючи й засвоюючи казку, дитина задовольняє певною мірою найважливіші потреби, актуальні для неї саме в цей час.

Отже, казкотерапія сприяє розвитку у дошкільників: активності; самостійності; емоційності; творчості; зв'язного мислення.

Будь-яку казку можна опрацьовувати приблизно за такою схемою:

1. Моральний урок. Діти на основі бесіди за змістом казки повинні сформувати моральний урок для користування у подальшому житті.

2. Виховання добрих почуттів. Діти відповідають на питання: «На кого б ти хотів бути схожим? Чому? Кому співчуваєш? Кого засуджуєш?» тощо

3. Мовна зарядка. Дидактичні ігри: «Знайди зайве слово в ланцюжку слів», «Придумай іншу назву казки», «Лисичка яка..?» тощо.

4. Розвиток мислення та уяви. Придумати нову кінцівку казки, відшукати аналогію, змінити характер героя і тощо.

5. Казка і математика (казкові герої і геометричні фігури, порядкова і кількісна лічба, порівняння за величиною, складання задач тощо).

6. Казка і ОБЖД. На основі казок діти вчаться правил безпечної поведінки вдома, на вулиці, з незнайомцями.

7. Казка і зображувальна діяльність. Конструювання, аплікація, малювання, ліплення, за змістом казок і т.д. Одну й ту ж саму казку з дітьми можна опрацьовувати протягом трьох років (у молодшій, середній і старшій групах), все залежить від завдань. Адже, казка - це ніби «багатошаровий пиріг». Кожен шар має свій сенс. У будь-якому віці можна знайти відповідь на питання, що хвилює в цей час.

Одну й ту ж саму казку з дітьми можна опрацьовувати протягом трьох років (у молодшій, середній і старшій групах), все залежить від завдань. Адже, казка - це ніби «багатошаровий пиріг». Кожен шар має свій сенс. У будь-якому віці можна знайти відповідь на питання, що хвилює в цей час.

Охарактеризуємо види казок, які ми використовуємо у власній практиці як метод казкотерапії: Художні казки - це народні та авторські історії. Народні казки несуть у собі мудрість століть і часто містять безліч смислів. Авторські ж історії можуть більш тонко, дбайливо й образно передавати зміст і показувати приватні сторони життя людини. Дидактичні (або навчальні) казки, можуть розкривати зміст і важливість певних наукових знань. У формі дидактичних казок «подаються» навчальні завдання. Психокорекційні казки, покликані допомогти дитині у вирішенні проблем з

поведінкою. Психотерапевтичні казки корисні для більш глибокої, «лікувальної» роботи.

Медитативні казки можуть використовуватися для заспокоєння, розслаблення і накопичення позитивного образного досвіду.

За допомогою казки можна діагностувати, формувати або коригувати певні структури і якості особистості.

Суть методу казкотерапії полягає в тому, що казка доступно пояснює, що добре, а що погано. На прикладі позитивних персонажів дитина вчиться бути хорошою, а негативні герої казок викликають у неї лише негативну реакцію. Негативний герой завжди залишається покараним, а доброму дістається красуня-принцеса й півцарства на додаток [26, с. 77-79].

Художні, авторські психокорекційні, медитативні та психодіагностичні казки допомагають реалізувати головне завдання - профілактику та корекцію емоційних та поведінкових труднощів у дошкільнят.

Більш детально розглянемо деякі види таких казок, (додаток Б)

Психодіагностичні казки дають психологу інформацію, зашифровану в образах, з якими ототожнює себе дитина, і яку в подальшому потрібно використовувати при написанні корекційних казок. У психодіагностичній казці можна прослідкувати саме ту проблему, яка турбує дитину в конкретний момент часу. Додатково до них можна застосувати психодіагностичні проективні методики, часто використовувані в казкотерапії.

Психокорекційні казки використовуються для м’якого впливу на поведінку й світогляд дитини, для подолання її психохологічних проблем, для коригування тих чи інших рис характеру дитини, що ускладнюють її життя. Це може бути зайва сором’язливість, неохайність, примхливість, хвастощі, схильність вирішувати свої проблеми за допомогою агресії. Під корекцією ми розуміємо «заміщення» неефективного стилю поведінки більш продуктивним, а також пояснення дитині сенсу того, що відбувається.

Спочатку у психокорекційній казці демонструється неефективний і непродуктивний стиль поведінки, а потім пропонується альтернатива.

Психотерапевтичні казки - особливий вид казок, які розкривають глибинний зміст подій. Вони не завжди однозначні, не завжди мають традиційні щасливий кінець, але завжди глибокі й проникливі. Вчасно розказана казка для дитини означає стільки ж, скільки психологічна консультація для дорослого. Відмінність тільки в тому, що від дитини не вимагають уголос робити висновки й аналізувати, що з нею відбувається: робота йде на внутрішньому, підсвідомому рівні.

Авторські психологічні (або терапевтичні) казки - це особливі казки. Зазвичай їх пишуть психологи, але можуть придумувати й розповідати і мама з татом спеціально для своєї дитини. Авторські казки, незважаючи на наявні в них чари, по суті, є розповідями про ті життєві ситуації, у яких може опинитися дитина, і про почуття, пов’язані з ними. Ці казки орієнтовані на вирішення певної проблеми або позбавлення дитини конкретного страху. Тому лише правильно підібрані історії потрібним чином діють на особистість дитини [29].

Є декілька основних підходів використання казки в індивідуальній роботі:

- використання вже існуючих народних казок;
- коли дитина сама пише власну казку.

Якщо зрозуміло, яка основна травма у людини, то можна підібрати таку казку, сюжет якої зачіпає її внутрішній конфлікт і може допомогти його вирішити. Але така робота проходить на пізніших стадіях, коли вже зрозумілі мотиви дитини, основні перебіги подій, які підходять для неї. Якщо до вас звертається дитина з двоїстою проблемою вибору. Для початку слід перенести ситуацію в казковий простір і там її прописати. І, тоді з’ясується, що варіантів набагато більше. Потім треба повернутися з казки до реального життя, і дати змогу людині зрозуміти: в житті варіантів теж більше, ніж два. Життя різноманітне. Нам у багатоплановому світі жити тривожніше, тому що

невизначеності більше, - але ж у ньому і можливостей більше. Казка - це творчість, доступна кожній людині, за допомогою казки можна вирішити багато проблем. Казкотерапія допомагає в питаннях вибору, при спілкуванні, в сімейних труднощах, при занижено-завищеній самооцінці, стресах тощо.

Психологу не слід втручатись у сам процес написання казки. Але після того, як казка вже написана і ви бачите, що проблема не вирішилась, можна запропонувати продовжити казку або додати до неї якісь нові елементи. Головним привілеєм казки є здатність викликати в дитині емоції. Що таке проблема? Це коли почуття окремо, розум окремо. А коли проблема вирішується йде викид енергії, відбувається неймовірне переживання! Дуже добре влаштовувати з дітьми казкові вистави на різні свята. Дозвольте їм самостійно обрати для себе роль: їм видніше, якої ролі потребують саме вони і саме зараз. Це теж спосіб релаксації. Можливість побути кимось іншим, а потім повернутися до самого себе, але вже збагаченого новим досвідом і звільненого від старої напруги. Тому це добре, коли люди в святкові дні хочуть пограти у когось іншого.

Ототожнення себе з героєм у власній казці чи програвання ролі певного персонажа призводить до послаблення чи зникнення травмуючої ситуації. Прирівнюючи себе з позитивними і сильними, впевненими в собі героями, дитина бореться зі злом: захищає близьких, перемагає ворогів. Тут немає місця безсиллю, неможливості постояти за себе, а є відчуття сили, геройства, здатності протистояти злу і насильству.

У процесі написання власної казки важливо все. Коли дитина пише казку, вона робить себе головним героєм. З точки зору психології все в її казці і є сама людина. Навіть опис парку, будинку, чаклуна і королевича - це і прояви автора.

Алгоритм складання терапевтичної казки:

Чітко визначте проблему, яку слід вирішити.

Підберіть можливі шляхи її подолання у реальному житті.

Втільте в характері головного героя казки (це може бути вже існуюча казка) ті риси, страхи, комплекси, яких слід позбутися.

В процесі розгортання подій казки головний герой має позбутися своїх недоліків.

Основні прийоми роботи з казкою.

Аналіз казок.

Мета - усвідомлення, інтерпретація того, що стоїть за казковою ситуацією, конструкцією сюжету, поведінкою героїв. При цьому дитині пропонується відповісти на ряд запитань: «Як ви думаєте, про що ця казка?», «Хто з героїв найбільше сподобався і чому?», «Чому герой зробив ті чи інші вчинки?», «Як герой знайшов вихід із складної ситуації?».

Розповідання казок.

Прийом спрямований на розвиток фантазії та творчої уяви. Дитині або групі дітей пропонується розповісти казку від першої або третьої особи, а також від імені інших казкових героїв. Наприклад, дітям можна запропонувати розповісти казку про колобка від імені лисиці, Баби Яги чи ще якогось іншого героя.

Переписування казок.

Переписування і дописування авторських і народних казок має сенс тоді, коли дитині не подобається щось у сюжеті казки, поворот подій, певні ситуації, в які потрапляють герої, кінець казки тощо. Це - важливий діагностичний матеріал. Переписуючи казку, дописуючи свій кінець або вставляючи інші персонажі у казку, дитина сама обирає найбільш відповідний її внутрішньому стану сюжет і знаходить той варіант руйнування ситуацій, який дозволяє звільнитися їй від внутрішньої напруги. В цьому полягає психокорекційний сенс переписування казки.

Постановка казок із допомогою ляльок.

Працюючи з лялькою, дитина бачить, що кожна її дія негайно позначається на поведінці ляльки. Це допомагає їй самостійно коригувати свої рухи і робити поведінку ляльки максимально виразною. Робота з

ляльками дозволяє удосконалювати і проявляти через ляльку ті емоції, яких зазвичай дитина з якихось причин не може собі дозволити проявляти.

Малювання за мотивами казки.

Вільні асоціації дитини виявляються в малюнку. Малюнки аналізуються, обговорюються поведінка і мотиви дій персонажа, діти дають їм оцінку: добре - погано.

Програвання епізодів казки.

Програвання епізодів казки дає можливість дитині відчути деякі емоційно значущі ситуації і пережити певні емоції.

Складання казок - це так цікаво й корисно! З одного боку цей процес сприяє розвитку уяви, з іншого - дозволяє дитині повідомити оточуючим про свої проблеми. Краще не втручатися в те, про що та як вигадує дитина.

Хоча на початковому етапі, щоб показати приклад, можна скласти казку разом з нею. Почута від дитини казка допоможе усвідомити її проблеми і труднощі.

Методи казкотерапії можна поділити на дві групи: розповідання казки дорослим і розповідання казки дитиною [59].

Роботу з дітьми з використанням казкотерапії проводимо як індивідуально, так і з групою. Психолог може застосовувати різні способи інсценування казки:

розповідання та переказ казок;

- казки на піску;
- лялькові вистави;
- ліплення казкових героїв та складання про них невеликих історій;
- малювання казки з нестандартним сюжетом;
- складання нової казки.

дитина може зробити інший вибір при вирішенні своєї проблеми. Або у цьому їй має допомогти психолог.

1. Казка повинна пропонувати новий досвід, використовуючи який,

2. Казковий сюжет повинен розгортатися в певній послідовності (початок казки, проблемна ситуація, кульмінація, розв'язка, мораль казки).

3. Насамперед, необхідно вигадати казкового героя, близького до дитини за статтю, віком, характером і т.п. Далі, охарактеризувати героя, його життя в казці таким чином, щоб дитина помітила схожість із собою (але не відкрито).

Розглянемо етапи складання казки разом із дитиною (або дітьми) відповідно до її психологічної проблеми. На думку Р. Ткач, для того щоб казка або історія мала вплив і надала допомогу, необхідно дотримуватися певних правил її створення:

4. У казці повинна бути ситуація, у чомусь схожа із проблемою дитини, але ні в якому разі не мати з нею прямої подібності.

Для створення психокорекційної казки психологу можна використовувати такий алгоритм:

- підібрати героя, близького дитині за статтю, віком, характером;
- описати життя героя у казковій країні так, щоб дитина знайшла схожість зі своїм життям;
- помістити героя в проблемну ситуацію, схожу на реальну ситуацію дитини, і приписати герою всі переживання дитини;
- пошук героєм казки виходу з проблемної ситуації, що створилася;
- усвідомлення героєм казки своєї неправильної поведінки і становлення на шлях змін [59].

Психокорекційну казку можна просто прочитати дитині, не обговорюючи. Таким чином, ми даємо їй змогу побути наодинці із самою собою і подумати;

Казки, складені дітьми, не тільки відображають їхню внутрішню реальність, актуальні проблеми, але й сприяють вирішенню труднощів.

Помічено, що створення казок позитивно позначається на психологічному здоров'ї: дитина стає більш врівноваженою, краще справляється з життєвими труднощами. Складену казку можна просто

прочитати дитині, без обговорення, даючи можливість дитині подумати, а насамперед, надати можливість психіці дитини «опрацювати» інформацію на підсвідомому рівні. Так само можна намалювати цю казку, програти її за допомогою ляльок, у пісочниці з фігурками.

У практиці дошкільного підрозділу Хотівського НВК заняття з казкотерапії зазвичай проводяться за такою логікою: незвичайне привітання; ритуал входження в казку; складання або читання казки; психогімнастичні вправи або рухливі ігри; трансформація сюжету; обговорення казки (за потребою); релаксація; ритуал прощання, сюрпризний момент.

Наявність ритуалу входу (виходу) в казку для дітей обов'язкова. Для дітей молодшого дошкільного віку такими ритуалами можуть стати: маніпуляції з чарівними предметами (чарівне кільце, дзеркало, паличка, золотий ключик та ін.); промовляння магічних заклинань або читання чарівної книги та ін.

Дітям дуже подобається проходити в казку за допомогою чарівників, роль яких можуть виконувати ляльки: Фея, Ельф, Маг-Чарівник, Гном та ін.

Казкова подорож дітей повинна бути наповнена іграми, що дозволяють ближче познайомитися з казкою. Ритуал виходу допомагає безпечно повернутися з казкової ситуації у звичайну реальність.

У практиці також можна використати казкові головоломки на корекційно-розвивальних заняттях, спрямованих на розвиток пізнавальної сфери дошкільника. Це не просто інтелектуальна розвага, а захоплюючий засіб навчитися логічно мислити.

Будь-які логічні головоломки ми подаємо у вигляді казкового сюжету, і вони мають нову, яскраву й дивовижну форму. Світ казкових героїв пробуджує дитячу уяву, перетворюючи обдумування завдань на захоплюючу подорож.

Узагальнюючи вищевикладене, сформулюємо деякі рекомендації батькам та педагогам.

У процесі читання казок дорослим треба враховувати власний стан. Не варто читати, якщо Ви чимось сильно стурбовані, поспішаєте і т.п. Дитина відразу відчує невідповідність слів і образів, інтонацій і міміки, а занепокоєння і тривога може передатися малюкові. Краще зверніться з проханням до близьких «підмінити» Вас.

Казка на ніч - це щовечірній ритуал укладання, момент найбільшої довіри й близькості дитини і її батьків. До того ж дітям дуже подобається, коли їх батьки самі вигадують для них казкові історії. Треба звертати увагу на реакцію дитини на казку, її окремі фрагменти. І слова, і поза, і жести, і міміка - усе це може вказувати, захоплений малюк змістом казки чи йому нудно.

Якщо увага дитини зосереджена на сюжеті, ви - на правильному шляху. Якщо казка йому не цікава, це може свідчити про те, що або дитині не цікаво, або вона ще не готова її сприйняти.

Якщо дитина просить читати або розповідати ту ж саму казку декілька разів, це вказує на те, що вона засвоює новий досвід, переживаючи його разом із героєм. Це дає дитині поняття, як можна поводитися в подібній ситуації. Обираючи казку, аналізуйте, що саме ви бажаєте «донести» до 1 дитини.

Казкотерапія як психологічний метод накладає свої вікові обмеження при роботі з дітьми: дитина повинна мати чітке уявлення про те, що існує І казкова дійсність, відмінна від реально існуючої.

Зазвичай навик такого розрізнення формується в дитини до 3,5—4 років, хоча, безумовно, у кожному конкретному випадку необхідно враховувати індивідуальні особливості розвитку дитини.

Під час проведення занять з казкотерапії важливо пам’ятати, що дитина здатна концентрувати увагу протягом 15—20 хвилин.

Отже, щоб захоплива подорож казкою не перетворилась для малюка на неприємне випробування, бажано через кожні 15 хвилин робити паузу, яку

можна заповнити веселою фізкультхвилинкою або пальчиковою І гімнастикою.

За допомогою казкотерапії можна працювати з агресивними, невпевненими, сором’язливими, тривожними дітьми, з проблемами сорому, провини, брехні, із різного роду психосоматичними захворюваннями, а також ;розвивати пізнавальну, моральну та етичну сфери дошкільнят. Крім того, І процес казкотерапії дозволяє дитині актуалізувати свої проблеми, а також побачити різні шляхи їх вирішення.

Лялько - терапія як метод заснований на процесах ідентифікації І дитини з улюбленим героєм казки, з улюбленою іграшкою. В якості І основного прийому корекційного впливу використовується лялька як І проміжний об'єкт взаємодії дитини і дорослого. Дитина, пізнаючи реальний І світ, його соціальні зв'язки і відносини, активно проектує сприймається І досвід в специфічну ігрову ситуацію. Основним об'єктом такої соціальної І проекції досить довгий час є ляльки.

Метою лялько-терапії є допомога у ліквідації хворобливих І переживань, зміцнення психічного здоров'я, поліпшення соціальної адаптації, І розвиток самосвідомості, вирішення конфліктів в умовах колективної творчої І діяльності.

Функції лялько - терапії: комунікативна - встановлення емоційного контакту, об'єднання дітей в колектив; релаксаційна - зняття емоційної напруги; виховна - психокорекція прояв особистості в ігрових моделях життєвих ситуацій; розвиваюча - розвиток психічних процесів (пам'яті, уваги, сприйняття), моторики; навчальна-збагачення інформацією про навколишній світ.

Лялько - терапія дозволяє об'єднати інтереси дитини і корекційні завдання психолога, дає можливість самого природного і безболісного втручання дорослого в психіку дитини з метою її корекції або психопрофілактики. Використовується цей метод в цілях профілактики дезадаптивних поведінки. Корекція протестної, опозиційної,

демонстративної поведінки досягається шляхом розігрування на ляльках в парі з батьками або однолітками типових конфліктних ситуацій, взятих з життя дитини.

У лялько - терапії використовують різноманітні види ляльок:

1. ляльки-маріонетки;
2. пальчикові ляльки;
3. тіньові ляльки;
4. мотузкові ляльки;
5. площинні ляльки;
6. ляльки- рукавички;
7. ляльки-костюми.

Психокорекційну роботу з дітьми використовуючи метод лялькотерапії необхідно проводити спільно з батьками. Нормалізація батьківських установок, уявлень, сенситивності по відношенню до дитини є одним з корекційних завдань лялькотерапії і реалізується в спільній діяльності. Специфічні особливості лялькотерапії дають багатий діагностичний матеріал і допомагають батькам побачити нове в дитині, отримати інформацію про взаємодію з ним, про стиль свого виховання.

Анатомування страху. Пояснення дитині, що собою представляє предмет, який лякає, з чого складається, “звідки береться”, заповнює “пробіли” у сприйнятті дитини, які як правило заповнювались приписуванням цьому предмету небезпечних і страшних якостей [64, с. 23-25].

Проведення цієї роботи свідчить про те, що спеціальним чином організовані заняття сприятимуть підвищенню загального емоційного відгуку у дітей. А підвищення загального емоційного відгуку дитини впливає на формування емоційної сфери у дітей дошкільного віку та сприяє розвитку їхньої особистості й адаптації в соціумі.

3.3. Аналіз та узагальнення результатів дослідження

Для аналізу ефективності застосування методів та технік арт-терапії у корегуванні та профілактики емоційно-психологічної сфери у дітей дошкільного віку нами було проведено повторну діагностику експериментальної та контрольної груп. Для визначення статистично значущих змін у рівнях показників, які були досліджені, до та після проведених занять з арт-терапії, у контрольній та експериментальній групах застосовувався коефіцієнт кутового перетворення Фішера.

Під час контрольної діагностики у дошкільників експериментальної групи було зафіксовано значне зниження проявів за такими показниками, як тривожність, імпульсивність, агресивність та демонстративність. Що ж стосується контрольної групи, то показники «імпульсивності2 залишились сталими (88,4%), а інші збільшились: агресивність (від 60,5 до 62,8%), егоцентризм (від 30,2% до 32,5%), демонстративність (від 39,5% до 44,2%), скритість (від 27,9% до 30,2%), тривожність (від 79,1% до 86,1%). Єдиним показником у контрольній групі, за яким відбулось зменшення, стала залежність та невпевненість у собі. Тобто кількість залежних та невпевнених у собі дошкільників зменшилась від 53,5% до 46,5%. Кількісні дані представлені в таблиці (3.1.)

Динаміка позитивного впливу арт-терапевтичних методів для корекції емоційних розладів дошкільників

Таблиця 3.1

Діагностован а риса особистості	Експериментальна група					Контрольна група				
	Констатува льний етап		Контрольни й етап			Констатува льний етап		Контроль ний етап		
	кіл-ть	від 43	кіл-ть	від 43		кіл-ть	від 43	кіл-ть	від 43	
Агресивністьі	8	5,1	9	4,2	0,96*	6	0,5	7	2,8	,22
Імпульсивність	7	6,1	0	9,8	0,85	8	8,4	8	8,4	0,00
Егоцентризм	8	1,8	0	3,3	0,85*	3	0,2	4	2,5	0,23
Залежність, і невпевненість	9	4,2	1	5,6	0,83*	3	3,5	0	6,5	0,65
Демонстратив ність	3	3,5	5	4,9	0,75*	7	9,5	9	4,2	0,44
Скритість	0	3,2		3,3	0,79*	2	7,9	3	0,2	0,23
Тривожність	6	3,7	6	0,5	0,45**	4	9,1	7	6,1	0,86

Примітка. За ф критерієм Фішера * - зміни значущі на рівні p <0,05; **- зміни значущі на рівні p <0,01.

Досвід роботи з дітьми дошкільного віку Хотівському НВК області дозволяє сформувати умови, дотримання яких робить арт-терапію більш успішною і цікавою.

Висновки до 3 розділу

Отже, арт-терапії допомогає засобами мистецтва впоратися з проблемами, що викликають у дитини дошкільного віку негативні емоції і які вона часто не може вербалізувати, а ще дати вихід її творчій енергії. Ще одне, не менш важливе завдання арт-терапії - допомогти дитині навчитись висловлювати власні почуття, а продукти творчості, що виникають у ході цього процесу, мають лише прикладне значення, слугують дорослим матеріалом для аналізу дитячих переживань.

Діти люблять, коли прямо на їхніх очах відбувається диво - тільки що покреслений, замальований лист легким рухом руки і степлера перетворюється на предмет: шапочку, коробочку, будиночок, іграшку. На зафарбований різними кольорами ватман приклеюються шматочки зеленого паперу у вигляді листя латаття - і погляду постає казкове болото, і де-то на ньому обов'язково з'явиться Царівна-Жаба. Дрібні шматочки розірваного паперу приклеюються поруч, і тепер вони нагадують кошлату істоту. На змочений мокрою губкою аркуш паперу прилітають краплі фарби - росинки, і від кожної росинки народжується квітка. Бляклий невиразний малюнок вставляється у веселу рамку, відразу стає «картиною». Таких прийомів можна придумати безліч, важливо знати, які корекційні завдання ви хочете вирішити, і відповідно до них підбирати або винаходити завдання.

Хороші результати спостерігаються, коли дитина спочатку проходить курс індивідуальної корекції емоційно-особистісних особливостей, а потім включається до групи, проте така тривала робота потрібен не всім дітям.

Арт-сесії тривалістю від ЗО до 80 хвилин проводяться один раз на тиждень, і, в залежності від складності запиту, тривають від 3-5 до 12 тижнів.

В процесі дослідження ми прийшли до висновку, що різні матеріали по-різному впливають на дитину. Фарби зімають скутість дитини, олівці - стримують гіперактивність, глина - знімає негативні емоції, колаж - зменшує тривожність, страх.

Ми дійшли до висновку, що в арт-терапії дуже важливе використання кольору.

При дослідженні виявлено, що малюкам до вподоби була робота з тістом, глиною, пластиліном.

Як правило, діти виконують завдання арт-терапевта індивідуально, кожен створює свій малюнок або тривимірне зображення. Але особливе задоволення приносить створення колективних робіт - загальних картин,

композицій, де об'єднуються зображення, створені всіма дітьми групи. У ході колективного виконання завдання створюються умови для розвитку умінь домовлятися, поступатися, вносити власний вклад у загальну справу, проявляти ініціативу, висувати пропозиції, відстоювати власний простір, ідею. По завершенні відбувається процес спільного милування спільним продуктом. Позитивні переживання об'єднують дітей.

Отже, арт-терапії допомогає засобами мистецтва впоратися з проблемами, що викликають у дитини дошкільного віку негативні емоції і які вона часто не може вербалізувати, а ще дати вихід її творчій енергії. Ще одне, не менш важливе завдання арт-терапії - допомогти дитині навчитись висловлювати власні почуття, а продукти творчості, що виникають у ході цього процесу, мають лише прикладне значення, слугують дорослим матеріалом для аналізу дитячих переживань.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного дослідження можна зробити наступні висновки:

1. Психологічною наукою доведено, що емоційна сфера особливо інтенсивно розвивається в період дошкільного дитинства. В цьому віці активно засвоюються способи вираження та прояву емоцій і почуттів, з якими дитина стикається в процесі спілкування з іншими людьми. Емоції - це своєрідний калейдоскоп вражень і переживань, за допомогою яких дитина взаємодіє навколишнім світом, одночасно пізнаючи його.

2. На сьогоднішній день існує тенденція до зростання кількості дітей дошкільного віку з проблемами у емоційно-психологічній сфері. Постає проблема надання ефективної психологічної допомоги дітям. Тому зростає інтерес до арт-терапії як універсального методу вільного самовираження дитини та гармонізації сторін особистості.

3. Отримані дані проведеного емпіричного дослідження свідчать про те, що без надання спеціально організованої психологічної допомоги, спрямованої на психокорекцію емоційних розладів у дошкільному віці, негативні прояви особистості лише закріплюються та посилюються.

4. Аналіз науково-теоретичних джерел з питань розвитку емоційно-психологічної сфери у дітей дошкільного віку засобами арт-терапії засвідчує її малодослідженість у вітчизняній і зарубіжній психології.

5. Арт-терапія - це динамічна система взаємодії між учасником (дитиною, дорослим), продуктом його образотворчої творчої діяльності і арт- терапевтом (психологом, педагогом) в « арттерапевтичному» просторі.

6. Під арт-терапією розуміють візуальні види мистецтв (живопис, малюнок, ліплення, грим, мозаїки, боді-арт, різного виду інсталяції з предметів, колажі, ляльки, тобто все, що можна побачити). Загалом арт- терпія - це зцілення за допомогою будь-якої творчості. Вона

має «лікувальну мету», спрямовану корекцію різноманітних відхилень особистого розвитку людини, проте коли мова йде про дітей дошкільного віку, мета методів арт- терапії більш сконцентрована на формування, профілактику та навчання.

7. Арт-терапія найбільш підходить для роботи з дітьми та ґрунтується на тому, що стан внутрішнього «Я» дитини відбивається в продуктах його творчості, позбавляючи від надмірної напруги, внутрішнього конфлікту. Малюючи дитина отримує можливість не тільки зменшити зайве збудження, тривожність, агресивність, недовіру до навколишнього світу, а й набути впевненості в собі й успіх, а також пов’язати з ним переживання і зразки поведінки.

8. В даний час арт-терапія набуває все більшої популярності. Творячи, дитина у використовуваних матеріалах висловлює свої побоювання, страхи, проблеми. Тут не потрібно підбирати слова і з оглядкою на фахівця думати: «А раптом мене не зрозуміють або засудять?».

9. Особливістю розвитку арт-терапії в Україні - її переважне поширення в соціальній сфері та освіті. Арт-терапія використовується у формі групової та індивідуальної роботи.

10. Слід відмежовувати арт-терапію від традиційних занять з малювання, ліплення, аплікації чи музики, оскільки в контексті арт-терапії мистецьку діяльність можна назвати спонтанною, на відміну від чітко спланованої та ретельно організованої діяльності з накопичення знань, умінь та навичок з образотворчого чи музичного мистецтва. На таких заняттях діти певною мірою опановують відповідні мистецтва, техніки, жанри, а у процесі арт- терапевтичних сеансів — вільно виражають творчу експресію, почуття, емоції.

11. Для дошкільнят розроблена спеціальна арт-терапія, яка визначається не тільки як творчий розвиток дитини, а також як розвиток дитини в цілому.

12. Арт-терапія охоплює велике розмаїття методів, прийомів і засобів, які сприяють формуванню емоційно-психологічної сфери у дітей дошкільного віку.

13. Аналізуючи потенціал використання арт-терапії у дитячому навчальному закладі, особлива увага відноситься різноманіттю форм його організації:

Казкотерапія розвиває творчі можливості, розширює світогляд, допомагає розвитку самопізнання й самовдосконалення, покращує взаємодію з оточуючим світом, формує здатність до протистояння негативного емоційного впливу соціального середовища.

Лялькотерапія надає можливість визначити мотиви, підсвідомі бажання, риси характеру та моделі поведінки; позитивно впливає на саморозвиток особистості, підвищує самооцінку, корегує емоційну сферу, спонукає до розвитку внутрішньої мотивації та гнучкості у прийнятті рішень.

Ізотерапія - спонтанний творчий малюнок, який допомагає відчути, зрозуміти себе і вільно виражати свої думки й почуття, відображає теперішнє та допомагає моделювати майбутнє; позитивно впливає на активізацію взаємодії абстрактно-логічного і конкретно-образного мислення, розвиває психічні процеси (зір, увагу, пам’ять, уяву, рухову координацію, мову).

Музикотерапія використовується для стимуляції психічного розвитку (підвищення соціальної активності, набуття нових форм емоційної експресії, полегшення засвоєння позитивних установок), регулювання психовегетативних процесів, корекції темпу діяльності.

Драматерапія надає можливість самовизначитись та відтворити нові ролі, альтернативні поведінкові стилі через драматичну дію-гру.

14. У контексті освітніх реформ прикладне значення має застосування діагностично — корекційних прийомів і методів за допомогою арт — терапії, що є новітніми, та в той же час науково обгрунтованими, соціально виправданими та перспективними.

15. Для того, щоб розвиток емоційної сфери дітей в умовах дошкільного навчального закладу був ефективним, треба забезпечити підготовку майбутніх вихователів та психологів до діяльності щодо емоційного розвитку дітей дошкільного віку, обґрунтувати ефективні психолого-педагогічні умови.

16. Запропоновані нами заходи арт-терапевтичної роботи для профілактики і корекції відхилень емоційного розвитку дітей довели свою ефективність під час апробації та можуть бути впроваджені у процес діяльності психолога дошкільного навчального закладу.

17. Розвинута сфера емоцій, почуттів дає змогу людині набувати власного досвіду пізнання соціального і предметного оточення. Відтак, батькам, вихователям і психологам необхідно постійно дбати про розвиток емоційної сфери дитини, зокрема у соціальному оточенні у природному довкіллі, у різних видах організованої діяльності.

18. Перспективи подальших наукових розвідок вбачаємо в дослідженні особливостей арт-терапевтичного процесу з дітьми різних вікових категорій в умовах інтегрованої освіти, поглибленому вивченні зв’язків арттерапії з медико-біологічними та психолого-педагогічними науками з метою обґрунтування здоров’язміцнювальних та арт-терапевтичних технологій різних нозологічних категорій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрейчин С. Р. Система впровадження арт-методів у роботі практичного психолога / С. Р. Андрейчин // Практична психологія та соціальна робота. -2009.-5.-С. 13-18.

2. Антипова К. Тістопластика та казкотерапія: робота з дітьми дошкільного віку / Катерина Антипова // Психолог. — 2012. — №> 13-14. - С. 13-14.

3. Бернацька О. Виховання самостійної особистості засобами філіо-арттерапії / Ольга Бернацька // Психолог. - 2010. - № 6. - С. 6-7.

4. Бондар Л. Використання методів арт-терапії в роботі з дітьми дошкільного І< віку. Педагогічний пошук. 2014. № 1. С. 54-57.

5. Валуйська А. Історія і види арт-терапії. Заняття з педагогами / Алевтина Валуйська // Психолог. -2020. -№ 13-14. -С. 66-67.

6. Ветко Г. Арт-терапия в работе психолога детского лагеря отдыха / Григорий Ветко // Психолог. - 2014. - Вип 7. - С. 52-55.

7. Вознесенська О. Шляхом арт-терапії у пошуку натхнення / Олена Вознесенська // Психолог. - 2020. - № 17. — С. 3-5.

8. Войлова Н. Історія в картинках. Техніки арт-терапії / Надія Войлова, Наталія Лободенко // Психолог. - 2012 - № 13-14. - С. 47-52.

9. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С Выготский. — М., 1991.— 480 с.

5. Голінська Т. Зміст, форми і методи арт терапевтичного впливу на особистість дитини. Освіта та розвиток обдарованої особистості. 2016. С. 13-16.

10. Грицюк І. Арт-терапія в роботі практичного психолога з дітьми, які мають емоційні порушення. Психологія: реальність і перспективи. 2017. Вип. 8. С. 67-71.

11. Гридюшко І. Казкотерапія в роботі практичного психолога / Ірина Гридюшко // Психолог. — 2013. - № 7. — С. 56-57.

12. Деркач О. Феномен арт-педагогіки та її місце в сучасній школі / Оксана Деркач // Початкова освіта. - 2011. - № 5. - С. 10-12.

13. Денисенко, Н.Ф. Від гармонії кольорів до здоров'я дитини: [Колір і здоров'я дитини] Н.Ф. Денисенко // Початкове навчання та виховання. - 2006.- №31,- С. 41-47

14. Денисенко, Н. Колір у нашому житті: [ігри з кольоротсрапії] Н. Денисенко // Дошкільне виховання. - 2006. - №11. - С. 16-19. Зінченко, Я. Метод пісочної терапії / Я. Зінченко // Розкажіть онуку. - 2017. - №5. - С. 46 - 47.

15. Дмитрієва В. Лабіринт із дзеркалом. Модифікована арт-терапевтична методика для роботи з підлітками 15-17 років / Валерія Дмитрієва // Психолог. - 2012. - № 13-14. - С. 25-29.

16. Дмитрієва В. Моє ім'я у світі. Арт-терапевтична техніка для дітей 5-6 років/ Валерія Дмитрієва// Психолог. -2012. - № 13-14. -С. 9-11.

17. Дмитрієва В. Пластилінові острови. Авторська арт-терапевтична . методика / Валерія Дмитрієва // Психолог. - 2012. - Х® 13-14. - С. 45-46.

18. Дубинська О. Казкотерапія як засіб розвитку творчих здібностей дошкільників / О. Дубинська // Психолог дошкілля. - 2014. - №10.- С. 12- 13.

19. Дуткевич Т. В. Дошкільна психологія : навч. посіб. / Т. В. Дуткевич. - 2-ге видання. - К. : Центр учбової літератури, 2009. - 392 с.

20. Жильцова В. Арт-терапія у роботі із замкненими та тривожними дітьми / Вікторія Жильцова // Психолог. - 2012. - № 13-14. - С. 73-76.

21. Жильцова В. Казка в роботі практичного психолога та соціального педагога / Вікторія Жильцова // Психолог. - 2012. - № 13.14. - С. 73-76.

22. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / упоряд. І. Молодушкіна. Харків вид. група «Основа», 2010. 207 с.

23. Зіньківський В. В. Психологія дитинства / В. В Зеньковський. — М., 1998. — 378 с.

24. Зборюк Т. П. Арт-терапевтичні технології у психокорекційній практиці / Т. П. Зборюк // Дошкільному психологу. Усе для роботи - 2010. - № 4. - С. 23-31.

25. Ісаєва Т. Лабіринт душі. Казкотерапія / Тетяна Ісасва // Психолог. - 2012. -№ 13-14. -С. 77-79.

26. Іванюк М. "Кольорові казки" лікують, розвивають, розважають / М. Іванюк // Дошкільне виховання. - 2012. - №2. - С. 16 - 19.

27. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э Изард. — СПб., 2000. — 250 с.

28. Казкотерапія в роботі з дошкільниками / упоряд. О. Рудик. Харків: вид. група «ОГснова», 2011. 240с.

29. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: Навчальний посібник. - К.: Либідь, 2007. - 256 с.

30. Карамушка Л.М., Т.М. Канівець Т.М. Когнітивний компонент психологічної готовності студентів вищих навчальних закладів о здійснена майбутньої професійної кар'єри: рівень та чинники розвитку // Теорія і практика управління соціальними системами. - Київ, 2012. - № 4. -С.3-13.

31. Квілінська М. Цілюща мова казки: психотерапевтичне використання казки / Марія Квілінська// Психолог. -2013. - № 22. -С. 20-21.

32. Колісник О. Знайома незнайомка - арт-терапія / Оксана Колісник // Психолог. - 2013. - № 22. - С. 22-25.

33. Козлова С А. Дошкольная педагогіка / С. А Козлова, Т. А. Куликова. — М.: Академия, 2000. — 270 с.

34. Мельничук І. В. Генеза емоційних особливостей у сучасних дітей /1. В. Мельничук // Наука і освіта. — Одеса, 2002. — № 5. — С. 42

35. Лютько, Л. Арт - терапевтичний вплив дитячого ранку / Л. Лютько // Музичний керівник. -2012. -№3.-С. 12- 15.

36. Максимчук, В. Арт-терапія кольором, кольорогсрапія в роботі з образотворчої діяльності / В. Максимчук // Бібліотечка вихователя дитячого садка. - 2012. - № 3. - С. 79 - 97.

37. Михайлова І. В. Особливості використання методів арт-терапії в психокорекції турботи про себе в ранній юності *і* І. В. Михайлова // Практична психологія та соціальна робота. - 2014. - № 7. - С. 40-43.

38. Одинцова В. М. Використання символ драми й арт-терапії у подоланні дитячих страхів / В. М. Одинцова // Шкільному психологу. Усе для роботи. - 2010. - № 4. - С. 13-22.

39. Одинцова В. Арт-терапія у реабілітації дітей-інвалідів / Віра Одинцова // Психолог. -2012. - № 13-14. -С. 92-101.

40. Павелків Р.В. Дитяча психологія: Навч. посіб. - К.: Акадсмвидав, 2007. - 432 с.

4І, Підлинна Л. Казка в роботі практичного психолога та соціального педагога / Людмила Підлипна // Психолог. - 2012. - № 20. - С. 43-46.

43. Подоляк, Н. Казка, що лікує душі: [Казка - як вид арт-терапії] / Н.Подоляк// Дошкільне виховання. - 2009. - № - 9.- С.21-23.

44. Понiманська Т. Дитина в соціумі: робота за освітньою лінією / Т. Понiманська // Дошкільне виховання, 2012. - № 9. - С. 8-11.

45. Практичний психолог радить: [Організація арт-терапевтичного супроводу дошкільників] // Бібліотечка вихователя дитячого садка. - 2013. - № 21- 22.- С. 17-24.

46. Психологія особистості: Словник-довідник /За ред. Горностая П.П., Титаренко Т.М. - К.: Рута, 2004. - 320с.

47. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія: Навчальний посібник. - Київ.: Академвидав, 2005. - 360 с

; 48. Славіна Н.С. Основні закономірності розвитку емоційної сфери як складова особистісного становлення дошкільника / Н.С. Славіна // Науковий вісник Миколаїв, держ. ун-ту. Біологічні та психологічні науки.

І - Миколаїв, 2006. - Вип.13. - С. 193- 197.

49. Славіна Н.С. Розвиток у дошкільників здатності розуміти емоційний стан і однолітків / Н.С. Славіна // Вісник Київ, міжнар. ун-т. Серія : Психологічні науки. - К., 2006. - Вип. 8. - С. 134-140.

50. Славіна Н.С. Основні характеристики прояву емоцій і почуттів дітей дошкільного віку / Н.С. Славіна // Науковий часопис нац. пед. ун-ту імені М.П.Драгоманова. Серія №12, Психологічні науки : зб. наукових праць. - К.:НПУ імені М.П.Драгоманова, 2006. -№15(39). -С.76-83.

51. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : метод, рек. / Н.П. Бочкор, Є.В. Дубровська, О.В. Залеська та ін. - К.: МЖПЦ «Ла Страда -Україна», 2014. - 84 с.

52. Стахневич А. Глиняний амулет і маска. Арт-терапевтичні тренінгові заняття з учнями 11 класу / Анжеліка Стахневич // Психолог. -2012. - № 13-14.-С. 39-41.

53. Сухомлинський В.О. Моральні заповіді дитинства і юності. — К.,1966.

54. Сухомлинський В.О. Чиста криниця: Казки, оповідання, етюди: Для сімейного читання / Упоряд. О.В.Сухомлинської. - К.: Веселка, 1993. - 287 с.

55. Тараріна О. Арт-терапія - джерело натхнення і саморегуляції / Олена Тараріна // Психолог. -2012. - № 13-14. - С. 4.

56. Тарарина Е. Песочная терапия: практический старт. Библиотека ара-терапевта : науч.-метод. Пособ. / Елена Тарарина. - К. : АСТАМИР-В, 2017.- 120 с.

57. Тарарина Е. Человек звучащий: практикум по музыкальной терапии. Библиотека арт-терапевта : науч.-метод. Пособ. / Елена Тарарина. - К. : АСТАМИР-В, 2017.- 104 с.

58. Тарарина Е. Практикум з арт-терапії: шкатулка майстра. Библиотека арт-терапевта : науков.-метод. посіб. / Елена Тарарина; пер. з рос. Т. Щегольської - К.: АСТАМИР-В, 2018. - 224 с.

59. Татарин Н. Казкотерапія - шлях до пізнання себе / Надія Татарин // Психолог. -2013. - № 22. - С. 31-32.

60. Тіунова О. В. Корекція порушень емоційної прихильності засобами арттерапії / О. В. Тіунова // Практична психологія та соціальна робота. - 2013.-№ 10.-С. 19-31.

61. Торовик А. Мотиваційна діяльність коллективу. Активізація елементами арт-терапії / Алла Торовик // Психолог. - 2012. - № 13-14. - С. 63-65.

62. Туріщева Л. В. Функції і форми використання психологічних казок / Л. В. Турішева // Шкільному психологу. Усе для роботи. - 2010. - № 4. - С. 32-34.

63. Шеніхова Ж. Фарби і манка в арт-терапевтичній роботі / Жанна Шеніхова // Психолог. - 2012. - № 13-14. - С. 107-109.

64. Шпонтак, І.М. Долаємо дитячі страхи спільними зусиллями фахівців і батьків. Казкотерагіія. Арт-герапія. Психодрама/ І.М.Шпонтак // Безпека життєдіяльності. - 2011. - № 4.- С. 23-25.

65. Яценко Т. Діагностика психічного розвитку дітей дошкільного віку: методичний посібник. иКБ.:ЬПр://Ь1апкі-иа.com.ua/other/2033/index.html

Додаток А

Рекомендації по використанню музичного репертуару для зменшення агресії - слухати драматичну музику з переходом до заспокійливої (повільного характеру):

Бах « Хроматична фантазія і фуга»;

Стравінський «Весна священна»;

Римський - Корсаков «Увертюра до опери «Псковітянка»;

Мусоргськйй «Ніч на Лисій горі»;

Прокоф'єв «Танець лицарів з балету «Ромео і Джульєта»;

Прокоф'єв - оркестрова картина «Льодове побоїще» з кантати «Олександр Невський»;

Прокоф'єв «Скіфська сюїта»;

Чайковський - увертюри «Бурівши», «Манфред», «Ромео і Джульєта», «1812 рік», Шоста симфонія, перша частина, розробка.;

Бетовен - фінали сонат «Місячна», «Апассионата»;

Бела Барток - фрагменти балетів «Дерев'яний принц», «Чорний мандарин»; Ріхард Штраус «Приватна битва».

Для зменшення почуття страху: Шенберг - опера «Чекання»;

Шостакович - фрагменти 6, 7, 8 симфоній.

Для підйому енергетики:

Оннегер «Пасифік 231»;

Шуман «Токата»;

Прокоф'єв - фінал Сонати для ф-але №7;

Б. Барток «Алегро барбаро»;

Мендельсон - фінал концерту для скрипки;

Чайковський «Марш» з «Шостої симфонії»;

Додаток Б

КАЗКА ПРО СЕРДИТЕ ЛЕВЕНЯ

(для агресивних малят)

Жило собі на світі Левеня, не велике й не мале, руде. Мало гарні жовті очі, довгі жорсткі вуса, сильні лапи й довгий хвіст. Але було воно дуже-дуже сердите: рідко посміхалося, нікого ніколи не жаліло, бо вважало, що для того, щоб вирости справжнім Левом, цього робити не можна.

Одного разу гуляло Левеня лісом і побачило, як звірята грають у м'яч. М'ячик весело стрибав від Жирафика до Кабанчика, від Кабанчика до Жабеняти, від Жабеняти до Зебри.

Левеня спритно вистрибнуло в коло та схопило гарний м'яч лапами. Всі звірята завмерли на місці від несподіванки.

—Віддай, будь ласка, нашу іграшку,— попросило Жабеня.

—Не віддам,— прогарчало у відповідь Левеня.

—Віддай, — попросила Зебра. Левеня лише похитало головою й гаркнуло ще голосніше.

—Якщо так, — сказав Кабанчик, — то ми самі заберемо м'яч у тебе!

—Тільки спробуй,— гаркнуло Левеня й випустило великі й гострі пазури.

—Ось і спробую,—відповів Кабанчик та й став підходити до Левеняти, роздуваючи ніздрі на своєму п'ятачку.

—Стій, Кабанчику, стій,— квакнуло Жабеня,— не треба. Але він того не чув.

Підбігши до Левеняти, Кабанчик спробував відібрати м’яч.

Та тільки нашкодив ще більше... Звичайно, Левенятко було спритнішим і високо підстрибнувши, перескочило через Кабанчика ще міцніше стиснувши пазурами м'яч. І раптом: ба-бах!!! — щось так голосно грюкнуло, що всі малята злякалися, навіть Левеня. Коли все стихло, й звірята розплющили очі, то побачили, що м'ячик лопнув, і з нього виходить повітря:

ш-ш-ш!!! Звірята дуже засмутилися, а Жабенятко навіть заплакало. Левеня задоволено гаркнуло:

— Це вам за те, що гралися без мене! І вигнувши спину зникло в гущавині лісу.

На жаль, Левеня чинило так не вперше. Воно часто ображало інших звірят, його не кликали до веселих ігор, бо боялися, що він когось образить чи ще гірше — вдарить гострими пазурами.

Але й Левеня не було задоволене, з часом йому стало сумно самому й захотілося з кимось пострибати через струмок, побігати навипередки, але нікого не було видно й чутно.

Раптом перед ним з'явився яскравий Метелик. Він змахував крильцями, ніби запрошував із собою на прогулянку. Левеня підстрибнуло від задоволення:

— А-а-а, ось кого я зараз упіймаю — вигукнуло Левеня й спробувало вхопити Метелика. Та дарма, Метелик змахнув крилами і сів на іншу квітку.

— Р-р-р! — заревіло Левеня,— не жартуй зі мною! Дожену, впіймаю та з'їм!!! І погналося за Метеликом. А той, легко змахуючи крильцями, полетів до лісу, сідаючи то на одну квітку, то на іншу. Левеня остаточно розсердилося і, голосно рикаючи, стрибало через кущі, намагаючись упіймати прудкого Метелика. Та ось раптом чомусь стало дуже темно, і Левеня заревіло від болю. Ви запитаєте, що сталося? Просто наш малий злюка впав у величезну мисливську яму та поранив лапу.

— Ой-ой-ой!!! Як боляче! Як темно! — злякано плакало Левеня. — Що ж мені тепер робити? Яма така глибока, я не зможу з хворою лапою вистрибнути з неї... Воно підняло вгору свою велику голову з жовтими очима, повними сліз. Високо в небі пливли білі-білі хмаринки, сяяло яскраве сонечко, було чутно, як співають птахи. Левеня сіло на дні ями й голосно - голосно заплакало.

— Гей! Ти чого плачеш? — почулося раптом згори.

Левеня підняло свої великі жовті очі, які світилися в темряві, й побачило того самого Метелика, через якого опинилося в такій скруті.

— Чого тобі,— буркнуло Левеня Метеликові,— посміятися з мене прилетів?

— Дуже боляче? — співчутливо запитав Метелик.

— Дуже!!! Можеш радіти, — ображено відповіло Левеня.

Метелик сидів мовчки, лише повільно складав та розгортав свої веселкові крила.

— Я допоможу тобі,— раптом вигукнув він. — Я вже придумав як!

—Та що ти можеш, адже ти такий маленький і слабкий,— сумно зітхнуло Левеня.

— Зачекай, я зараз! — і Метелик зник у синьому небі.

— Ну, ось... І цей мене кинув! Всі мене кидають. Мене ніхто не любить, друзів у мене немає. Цікаво, а як це мати друзів? Добре це, чи погано — я ж не знаю, — розмірковувало вголос Левеня.

— Ось він! — знову почувся чийсь голос згори.

— Ти повернувся! — з полегшенням зітхнуло Левеня, й підняло до неба очі.

Зверху на нього дивилися Жирафик, Кабанчик, Жабеня, Зебра й маленький Метелик.

— Що, поглузувати з мене прийшли,— ображено мовило Левеня.

— Еге ж, яка глибоченна, моєї шиї не вистачить,— сказав Жирафик,— що ж робитимемо?

Левеня здивовано спостерігало за тим, що відбувалося нагорі.

— Ква-ква, он невелике деревце. Якщо його зігнути воно може дістати до дна ями,— вигукнуло Жабенятко,—тільки я не зможу один цього зробити.

— Ми зараз,— крикнув Кабанчик і підморгнув Зебрі.

Нагорі все стихло, лише Метелик лагідно дивився на нещасне Левеня. — На, тримай,— і наш маленький герой побачив, як до ями почало опускатися тоненьке деревце,— чіпляйся мерщій, — закричав Метелик.

Левеня, не розуміючи, що відбувається обома великими лапами й гострими пазурами щосили вхопилося за гілки та листя. А потім йому здалося, що він уміє літати, як Метелик: синє небо й сонце стали наближатися так швидко, що Левеня й незчулося, як опинилося нагорі, — бум! — і воно гепнулося у траву серед квітів. Тут було тепло, а не так, як у ямі — сиро й холодно, до того ж ще й страшно.

Навколо стояли всі звірята й розгублено дивилися на нього.

— Чому ви на мене так дивитеся? — тихо запитало Левеня.

— А ти не будеш гарчати? — запитала Зебра.

— І дряпатйся своїми пазурами? — злякано перепитав Жирафик.

— І хапати великими лапами? — тихенько проквакало Жабеня.

— Ні, мабуть, не буде,— посміхнувся Метелик.

— Ні, не буду, ...правда... — винувато мовило Левеня.

— Тоді є пропозиція погратися в доганялки! — закричав радісно Кабанчик.

— І мене візьмете? — здивовано перепитало Левеня.

— Так!!! —відповіли всі хором.

І всі разом побігли до прозорого струмка. Звірята довго ще гралися та веселилися, й дружно сміялися, коли всі перегони завжди вигравав маленький Метелик, а у грі в хованки ніколи не вдавалося відшукати зелене Жабеня в зеленій траві. Всі так стомилися, що відпочивати під велике дерево вже ледь добрели, а Левеня йшло й думало, що воно тепер точно знає: друзі — це добре, й тепер вони в нього є!!!

Додаток С

Адаптовані проективні методики для дослідження емоційної сфери дошкільників старшого дошкільного віку

Проективна методика « Кактус»

Спочатку ця методика діагностики особистості була запропонована для дітей 3-7 років, але тест підходить і для роботи з дорослими.

Для виконання тесту вам знадобиться: чистий аркуш А4 формату, простий олівець середньої твердості, також можна використовувати і кольорові олівці.

Інструкція: «Намалюй на аркуші паперу кактус, який ти собі уявляєш». Подальші питання і пояснення зайві - дайте волю своїй фантазії!

Далі наводяться варіанти інтерпретації для дітей і дорослих.

Інтерпретація дитячих малюнків

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 тощо)
- характеристика манери малювання (промальовані, схематично)
- характеристика голок (розмір, розташування, кількість)

За результатами опрацьованих даних по малюнку можна діагностувати якості особистості 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 домашнього захисту, почуття самотності - зображення дикорослого, пустельного кактуса.

Тлумачення колірної гами

Колір рослини говорить про те, наскільки рухомою психікою володіє

- зелений символізує сталість і впевненість;

- жовтий - страх бути відкинутим суспільством;
- синій - малюкові комфортно в тих умовах, в яких він знаходиться в конкретний період часу;
- червоний - дитина переживає сильне емоційне збудження;
- сірий - у дитини нейтральне ставлення до всього того, що відбувається;
- білий колір іноді свідчить про те, що у тестованого проблеми із зором, і він не помічає, що в
- колірному відношенні втрачає сюжет;
- чорний - тестований звик у всьому суперечити близьким, можливо, занадто розпещений.

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

- Цей кактус домашній чи дикий? Де він росте (у когось в будинку або в пустелі)?
- Чи можна цей кактус помацати? Колеться він?
- Про нього хтось піклується? Йому це подобається?
- Цей кактус росте один або з якоюсь рослиною по сусідству?
- Коли кактус виросте, як він зміниться? (Обсяг, голки, відростки)

Додаток Д

Анкета визначення рівня тривожності дошкільника

(Лаврентьєва Г. П., Титаренко Т. М.)

Щоб перевірити оцінку тривожності дитини, зроблену на основі спостережень, запропонуйте вихователям, наступну анкету.

1. Не може довго працювати, не втомлюючись.
2. Йому важко зосередитися на чомусь.
3. Будь-яке завдання викликає надмірну тривогу.
4. Під час виконання завдання дуже напружений, скутий.
5. Ніяковіє частіше за інших.
6. Часто говорить про можливі неприємності.
7. Як правило, червоніє в незнайомій обстановці.
8. Скаржиться, що бачить страшні сни.
9. Руки звичайно холодні та вологі.
10. Нерідко бувають розлади шлунка.
11. Дуже пітніє, коли хвилюється.
12. Має поганий апетит.
13. Спить неспокійно, погано засинає.
14. Лякливий, багато що викликає в нього страх.
15. Звичайно неспокійний, легко засмучується.
16. Часто не може додержати слова.
17. Погано переносить чекання.
18. Не любить братися за нову справу.
19. Не впевнений у собі, своїх силах,
20. Боїться труднощів.

Позитивна відповідь на кожне запропоноване твердження оцінюється 1 балом.

Висока тривожність - 15-20 балів.
Середня тривожність - 7-14 балів.
Низька тривожність -1-6 балів.