

Хмельницький національний університет
Гуманітарно-педагогічний факультет
Кафедра соціальної роботи і соціальної педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Перший (бакалаврський)

Освітній рівень

**«АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК КОРЕКЦІЙНА ФОРМА РОБОТИ
З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ»**

Назва теми

Галузь знань 23 Соціальна робота

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 231 Соціальна робота

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка та коучинг

Назва освітньої програми

21009

Номер індивідуального навчального плану студента

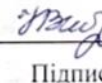
Виконала: студентка IV курсу, група СРК-21-1


Підпис

Вікторія ГУМЕНІУК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: кандидат педагогічних наук, доцент
науковий ступінь, вчене звання


Підпис

Наталія СИНІУК

Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:

В.о. зав. кафедри соціальної
роботи і соціальної педагогіки

кандидат педагогічних наук, доцент


Підпис

Олена ВАСИЛЕНКО


Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

10 серпня 2025

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет гуманітарно-педагогічний
Кафедра соціальної роботи і соціальної педагогіки
Освітній рівень перший (бакалаврський)
Галузь знань 23 Соціальна робота
Спеціальність 231 Соціальна робота
Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка та коучинг

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. завідувача кафедри
соціальної роботи і соціальної педагогіки
 Олена ВАСИЛЕНКО
протокол № 5 від 19.12. 2024 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Вікторії ГУМЕНЮК

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Арт-терапія як корекційна форма роботи з дітьми молодшого шкільного віку».

Керівник кваліфікаційної роботи: Синюк Н.В., кандидат педагогічних наук, доцент.

Затверджено наказом ректора університету 07 лютого 2025 р. № 23

2. Строк подання студентом роботи на кафедру 10 червня 2025 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження: методика «Малюнок настрою»; методика «Який я?» (автор А.О. Білобрикіна); методика «Розуміння емоцій» (автор І.М.Бех; Н.М.Гавриш). У дослідженні взяли участь 10 здобувачів освіти закладу загальної середньої освіти Ліцею №14 імені Івана Огієнка м. Хмельницького.

4. Зміст кваліфікаційної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1. Теоретичні засади арт-терапії в роботі з дітьми молодшого шкільного віку, сутність та теоретичні основи арт-терапії, соціально-психологічні особливості розвитку дітей молодшого шкільного віку, арт-терапія як інструмент діяльності соціального педагога, висновки до розділу. 2. Емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку, корекційна програма з елементами арт-терапії для роботи соціального педагога з молодшими школярами, практичні рекомендації соціальним педагогам щодо підвищення ефективності корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку, висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додатки.

3

5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)
1 рисунок, 4 таблиці.

6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання 19 грудня 2024 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

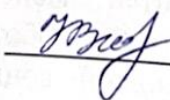
№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи бакалавра	Строк виконання етапу роботи	Примітка
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 10 грудня 2024 р.	виконано
2	Визначення теоретико- методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 10 січня 2025 р.	виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної роботи.	До 01 лютого 2025 р.	виконано
4	I розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 березня 2025р.	виконано
5	II розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 травня 2025 р.	виконано
6	Загальні висновки.	До 15 травня 2025 р.	виконано
7	Попередній захист кваліфікаційної роботи.	До 20 травня 2025 р.	виконано
8	Оформлення кваліфікаційної роботи. Підготовка до захисту, рецензування.	До 10 червня 2025 р.	виконано
9	Захист кваліфікаційної роботи (відповідно графіку)	До 20 червня 2025 р.	виконано

Здобувач



Вікторія ГУМЕНЮК

Керівник роботи



Наталія СИНЮК

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «Арт-терапія як корекційна форма роботи з дітьми молодшого шкільного віку»

Здобувач Вікторія ГУМЕНЮК

Керівник Наталія СИНЮК

Кваліфікаційна робота включає 77 сторінок, з них 53 сторінки основного тексту, 1 рисунок, 4 таблиці, перелік джерел посилання складає 48 найменувань, 4 додатки.


Ключові слова: арт-терапія, корекційна робота, соціальний педагог, діти молодшого шкільного віку, емоційна замкнутість.

Об'єктом дослідження є корекційна робота соціального педагога з дітьми молодшого шкільного віку.

Предметом дослідження є арт-терапевтичні форми та методи корекційної роботи соціального педагога з дітьми молодшого шкільного віку.

За результатами дослідження розроблено корекційну програму для подолання емоційних труднощів та надано практичні рекомендації соціальним педагогам щодо підвищення ефективності корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку.

Одержані результати можуть бути корисними для соціальних педагогів, практичних психологів, педагогів початкової школи.

Здобувач  Вікторія ГУМЕНЮК

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 10 червня 2025р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АРТ-ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	9
1.1 Сутність та теоретичні основи арт-терапії.....	9
1.2 Соціально-психологічні особливості розвитку дітей молодшого шкільного віку.....	15
1.3 Арт-терапія як інструмент діяльності соціального педагога.....	22
Висновки до розділу.....	28
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ВІКУ.....	29
2.1 Діагностичне дослідження соціально-психологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку.....	29
2.2 Корекційна програма з елементами арт-терапії для роботи соціального педагога з молодшими школярами.....	37
2.3 Практичні рекомендації соціальним педагогам щодо підвищення ефективності корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку.....	47
Висновки до розділу.....	51
ВИСНОВКИ.....	52
СПИСОК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	54
ДОДАТКИ.....	59
ДОДАТОК А МЕТОДИКА «МАЛЮНОК НАСТРОЮ».....	59
ДОДАТОК Б МЕТОДИКА «ЯКИЙ Я?» ЗА А.О. БІЛОБРИКІНОЮ».....	61
 ДОДАТОК В МЕТОДИКА «ОЦІНКА РОЗУМІННЯ ЕМОЦІЙ» І.М. БЕХ, Н.М. ГАВРИШ.....	 62
 ДОДАТОК Г «КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА «КОЛЬОРИ МОГО СВІТУ».....	 66

ВСТУП

Актуальність теми полягає у зростаючій потребі ефективних методів корекційної роботи з психологічними станами та дітей молодшого шкільного віку. У сучасному середовищі діти все частіше стикаються з емоційною замкнутістю, труднощами в адаптації та проявами агресивної або девіантної поведінки, що значно ускладнюють і впливають на процеси соціалізації, навчальну мотивацію та загалом на розвиток дитини.

На теперішній час арт-терапія є досить популярною і ефективною в психологічній та соціально-педагогічній практиці завдяки поглибленій роботі з різноманітними психоемоційними проблемами дітей, що виникають насамперед через соціальні, емоційні, поведінкові труднощі. Методи арт-терапії допомагають в розвитку емоційної відкритості та самовираженню дитини через творчість, що сприяє подоланню внутрішніх бар'єрів та знаходженню способів взаємодії з навколишнім середовищем.

У сучасному світі, а особливо в закладах освіти, діти молодшого шкільного віку часто стикаються з низкою емоційних труднощів, що звісно ж негативно впливають на їх становленні як особистість. Серед таких проблем можна виділити емоційну замкнутість, труднощі в адаптації до шкільного середовища та і в цілому, а також не мало важливою проблемою є агресивна або девіантна поведінка. Проблеми пов'язані з замкненістю в емоційному плані та порушеннями в поведінці зазвичай часто залишаються непоміченими або взагалі замовчуються, що в подальшому ускладнює їх вирішення. При відсутності допомоги це може призвести до посилення цих проблем, а це в свою чергу заважає дітям реалізуватись та адаптуватись до соціуму.

На теперішній час зростає інтерес до арт-терапії як методу корекційної роботи з психоемоційним станом дітей молодшого шкільного віку.

Дослідження проведені такими авторами, як Хараджи М. і Іващенко А. демонструють ефективність корекційної роботи арт-терапії в аспекті емоційних труднощів, зокрема страхів, що виникають в процесі адаптації та соціалізації до шкільного середовища. Висвітлення проблеми емоційної нестабільності та тривожності можна помітити у працях Карапетрової О.В. яка не раз наголошувала на важливості використання арт-терапії для подолання тривожності та внутрішніх переживань. Кротенко В.І. та Стрілець К.С. детально розглянули методи, що сприяють емоційній стабільності та розвитку дітей. Панченко Г.Ю. демонструє арт-терапію як метод корекції емоційних станів, що допомагає дітям виражати свої почуття. Гринченко О.А. найбільш акцентує увагу на застосуванні методик арт-терапії що передбачають розвиток психологічної стійкості та адаптації.

Об'єкт дослідження - корекційна робота соціального педагога з дітьми молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження - арт-терапевтичні форми та методи корекційної роботи соціального педагога з дітьми молодшого шкільного віку.

Мета дослідження - теоретичний аналіз та емпіричне вивчення арт-терапевтичних форм та методів корекційної роботи соціального педагога з дітьми молодшого шкільного віку.

Для досягнення мети дослідження потрібно розв'язати наступні **завдання**:
дійснити аналіз наукових джерел з проблеми використання арт-терапії в соціально-педагогічній діяльності з дітьми молодшого шкільного віку.
изначити роль соціального педагога в арт-терапевтичній роботі з дітьми, які мають емоційні та поведінкові труднощі.
озробити корекційну програму для соціальних педагогів щодо підвищення ефективності корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку.

апропонувати практичні рекомендації соціальним педагогам щодо

підвищення ефективності корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку.

У дослідженні були використані наступні методи дослідження: *теоретичні* (аналізу, порівняння, синтезу) та *емпіричні* («Малюнок настрою», «Який я?», «Розуміння емоцій») *методи, методи кількісної та якісної обробки даних.*

Практичне значення: сутність роботи полягає в розробці програми з елементами арт-терапії для роботи соціального педагога з молодшими школярами та в наданні практичних рекомендацій щодо підвищення ефективності корекційної роботи соціальних педагогів з дітьми молодшого шкільного віку які мають емоційні та поведінкові труднощі.

Експериментальна база дослідження: дослідження проводилось на базі Ліцею №14 імені Івана Огієнка м. Хмельницького. У дослідженні брало участь 10 дітей молодшого шкільного віку.

Апробація результатів дослідження: Основні положення кваліфікаційної роботи висвітлено в науковій статті Гуменюк В., Синюк Н. Особливості застосування арт-терапії в роботі соціального педагога з молодшими школярами які мають емоційні та поведінкові труднощі. Професійна підготовка фахівців соціальної сфери: надбання, проблеми, перспективи: Матеріали ІV Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції (м. Хмельницький, 22-23 травня 2025 року) Ред. колегія: Василенко О. та ін./ М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т., каф. соц. роб. і соц. педагог. Хмельницький: ХНУ, 2025. С. 185-188.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається із вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання (48 позицій) та 4 додатків. Загальний обсяг роботи – 77 сторінок, з них 53 сторінки основного тексту.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АРТ-ТЕРАПІЇ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1 Сутність та теоретичні основи арт-терапії

У сучасному суспільстві інтерес до арт-терапії зростає, причому арт-терапія може використовуватися не лише в терапевтичних цілях, а й для вирішення таких проблем, як діагностика, корекція та психологічна профілактика.

Арт-терапія — це метод терапії, який за допомогою художньої діяльності сприяє подоланню внутрішніх конфліктів, тривоги та страхів. Цей метод розвитку та зміни особистості використовує різні види і форм мистецтва та творчості. Арт-терапія акцентує на свободі вибору, особистісному зростанні та самопізнанні. Арт-терапія виступає засобом вільного самовираження та самопізнання. Вона створює атмосферу довіри, толерантності й інтересу до внутрішнього світу особистості, зокрема дітей. Арт-терапія базується на активації творчого потенціалу дитини та використанні внутрішніх механізмів саморегуляції та самоцілення. Протягом тисячоліть мистецтво використовувалося для спілкування, самовираження та терапевтичних практик.

Але лише в 1940-х роках арт-терапію почали офіційно визнавати. Ще в Древній Греції вважали, що мистецтво, діючи на духовний світ людини, виховує і виправляє її характер, формує її психологічний настрій – «етос». Тому, система виховання молоді вибудовувалась на основі гімнастики, хорового співу, інструментальної музики, поезії та хореографії. Ідея лікування душі за допомогою мистецтва виникла ще задовго до офіційного формування арт-терапії як напрямку. При вході до бібліотеки в стародавніх Фівах було вкарбувано «Лікарня для душі»[44].Кращі зразки архітектури, культових споруд, релігійний живопис та скульптура були завжди спрямовані на оздоровлення душі,

народження світлих почуттів, позбавлення деструктивних імпульсів та станів. Люди з давніх часів вірували в магічну силу художніх символів. Художні образи завжди були частиною ритуалів, спрямованих на захист людей від шкідливих проявів зовнішнього середовища, нападів диких тварин, від усього невідомого. У багатьох сучасних культурах мистецтво продовжує використовуватись як символічний засіб фізичної і психологічної відбудови особистості. Індійські племена використовують спеціальні пісні та ритуальні танці для лікування різноманітних захворювань. Тибетці використовують пісчані рисунки у формі мандал – магічного кола, на якому вони концентруються під час медитації, молитов. Духовна концентрація на мандалах має за мету зцілення, звільнення від страждань. Лікування мистецтвом називають арт-терапією (від англ. «арт» - мистецтво). В перекладі з англійської «арт-терапія» – лікування, засноване на заняттях художньою творчістю. Термін арт-терапія (АТ) вперше використав художник Адріан Гілл у 1938 році (Gill, 1938). Лікуючи пацієнтів, він виявив, що творча діяльність допомагає їм відволіктися від переживань і тривог, а також допомагає їм ефективніше боротися зі своєю хворобою[14]. Спочатку арттерапія виникла в рамках теоретичних розробок З. Фрейда та К. Юнга. Великий вплив на розвиток арт-терапії здійснили психоаналітичні теорії. Зигмунд Фрейд і Карл Юнг вважали, що творчість є одним із способів виведення виявлених несвідомих процесів на свідомий рівень. Художня творчість, як вважав З. Фрейд, має подібність із сновидіннями і фантазіями тому що так само виконує компенсаторну функцію, знижуючи психічну напругу, яка виникає при фрустрації інстинктивних потреб [1]. Карл Юнг, у свою чергу, вірив, що мистецтво здатне стати шляхом до інтеграції особистості, оскільки воно дає можливість вирішити внутрішні суперечності, з'єднавши свідоме і несвідоме. Творчість, за його словами, дає людині шанс самовиразитись і знайти внутрішній баланс, що може призвести до глибоких змін в особистості. За Юнгом, мистецтво, особливо в рамках арт-терапії, значною мірою сприяє процесу

індивідуалізації та саморозвитку, встановлюючи зрілий баланс між несвідомим та свідомим «Я». Згодом арт-терапія набула ширшого концептуального підґрунтя, що включало гуманістичні моделі розвитку особистості К. Роджерса та А. Маслоу (Маслоу, 1954; Роджерс, 1959). Цей підхід арт-терапії наголошує на важливості самовираження та особистісного розвитку через творчість. Основною метою цього підходу є сприяння самореалізації індивіда та його внутрішньому зростанню. Арт-терапія в рамках гуманістичної теорії створює простір, де клієнт має можливість вільно виражати свої почуття і думки через мистецтво, без страху бути осудженим. Терапевт у цьому випадку відіграє роль підтримуючого партнера, який надає допомогу в процесі самопізнання і розвитку, забезпечуючи безпечне середовище для творчого самовираження. Цей підхід вважає, що через творчість індивід здатен розкрити свої потенціали і подолати бар'єри, які заважають йому повноцінно функціонувати в суспільстві. Наступним підходом, що розкриває сутність арт-терапії є експресивно-терапевтичний підхід, він підкреслює важливість самого процесу творчості як терапевтичного інструменту. У цьому підході основна увага зосереджена на тому, щоб дозволити клієнту вільно виражати свої емоції, переживання і думки через художні засоби. Процес малювання, ліплення, створення колажів і інших видів творчої діяльності вважається способом очищення від емоційної напруги та стресу. Важливо, що результати творчості не оцінюються з точки зору естетичних якостей, а лише як вираження внутрішнього світу клієнта. Процес самовираження дозволяє клієнту побачити і пережити свої емоції в безпечному контексті, що має заспокійливий і регулюючий ефект. Цей підхід активно використовується для роботи з людьми, які переживають емоційну або психічну напругу, оскільки дає змогу уникнути вербальної комунікації та дозволяє краще виявити приховані емоційні конфлікти.

Когнітивно-поведінковий підхід в арт-терапії спрямований на зміну небажаних патернів мислення та поведінки через творчість. У цьому

контексті, арт-терапія використовується як інструмент для допомоги клієнту у переосмисленні своїх емоційних реакцій та розвитку нових стратегій поведінки. Наприклад, у разі боротьби з тривожністю чи депресією, клієнт може створювати твори мистецтва, які відображають його емоційний стан, після чого терапевт допомагає інтерпретувати ці твори і знаходити шляхи зміни негативних переконань чи реакцій. Такий підхід акцентує увагу на тому, як ми думаємо, і як ці думки можуть бути змінені для покращення емоційного стану. Клієнти вчаться розпізнавати і коригувати свої деструктивні думки та звички, що допомагає зменшити їхній стрес і полегшити їхній психологічний стан.

Системний підхід в арт-терапії безпосередньо передбачає використання творчих методів для покращення взаємодії в групах або родинях. Цей підхід особливо корисний при роботі з групами людей або у випадках, коли проблема виникає внаслідок дисфункціональних взаємин у соціальних групах. Арт-терапія допомагає членам сім'ї або групи зрозуміти та вирішити конфлікти, покращити комунікацію та зміцнити емоційні зв'язки між людьми. За допомогою спільного творчого процесу учасники можуть виразити свої переживання, побачити проблеми з нової перспективи і знайти шляхи до гармонізації відносин. Системний підхід до арт-терапії має на меті зміцнення соціальних зв'язків і поліпшення взаєморозуміння серед учасників терапевтичного процесу. Мистецька діяльність як терапевтична техніка вперше була задіяна Маргарет Наумбург. Вона в рамках психоаналізу акцентувала на вільній асоціації та інтерпретації. М. Наумбург рекомендувала використовувати спонтанний малюнок, як техніку, що допомагала б психологам проводити інтерпретацію конфліктних ситуацій клієнтів. У своїй роботі М. Наумбург спиралась на ідею Зігмунда Фрейда про те, що першочергові думки та переживання, які виникають у підсвідомості, частіше за все мають форму символів чи образів[31]. Образи

художньої творчості відтворюють всі види без свідомих процесів, страхи, конфлікти, спогади дитинства, мрії, тобто ті феномени, які досліджують терапевти під час психоаналізу. Послідовницею М. Наумбург у 1950-х роках стала Едіт Крамер, яка працюючи з дітьми, практикувала інший напрям арт-терапії. Вона стверджувала, що процес художньої творчості сам по собі є терапевтичним і не обов'язково потребує подальшої вербальної інтерпретації[11]. Тобто, Крамер наголошувала на терапевтичному інсайті, що виникає у процесі мистецької діяльності, тоді як Наумбург підкреслювала творчий аспект художнього досвіду. Значний вплив на розвиток арт-терапії мала Х. Квятковська, яка використала її в процесі діагностування та лікування сімей[12]. Вона визначила, що художня сесія за участю всіх членів сім'ї діє терапевтично і закріплює сімейні стосунки в цілому. Зображення сім'ї давали велику кількість діагностичної інформації про зв'язки між членами в сімейному середовищі і про те, як вони бачать свої ролі в ньому. На теперішній час арт-терапію розглядають як використання усіх видів мистецтва. А саме виділяється драма терапія, музикотерапія, зображувальна терапія, дансинг терапія та інші напрями. Арт-терапія характеризується як загальний метод розвитку та зміни свідомих та без свідомих сторін психіки особистості шляхом різних форм та видів мистецтв.

В «Енциклопедії соціального забезпечення» арт-терапія описується як метод і техніка реабілітації людей за допомогою мистецтва та образотворчої діяльності. В останні роки арт-терапія все частіше використовується в соціальних мережах. Арт-терапія має явні переваги перед іншими формами психотерапевтичної роботи[13].

За М. Лібман, арт-терапія була використана в художніх засобах для передавання емоцій та інших виразів емоційно-психічної сфери людини з метою зміни світогляду особистості [28]. Оскільки арт-терапія — це, перш

за все, невербальний засіб комунікації, вона особливо цінна для людей, які мають обмежені вербальні навички або мають труднощі з вираженням своїх переживань усно.

В Україні арт-терапія застосовується в роботі з багатьма категоріями населення з широким спектром проблем: соматичні стаціонари та психосоматичні відділення; у роботі з дітьми та дорослими з інвалідністю (інклюзією); при різних видах залежності; в роботі з дітьми та дорослими, які зазнали насильства або мають інший травматичний досвід; під час корекційних занять у дітей з порушеннями поведінки; як засіб налагодження комунікацій та управління груповою динамікою в робочому колективі, класі, в організаціях для створення команди, подолання наслідків емоційного вигорання працівників; під час сімейної терапії; в період вагітності; в роботі з біженцями та переселенцями; під час реабілітації та психосоціального відновлення в період воєнних дій.

1.2 Соціально-психологічні особливості розвитку дітей молодшого шкільного віку

У системі міжособистісних стосунків дитини з дорослими й однолітками виникає і розвивається складна сукупність почуттів, які характеризують її як соціалізовану особистість. Залежно від прояву різних сторін емоцій вона по-різному себе поводить з ровесниками і дорослими. Дитина, яка звикла змалку до того, що вона в центрі уваги дорослих, потребує такої уваги і в шкільному віці, особливо в період навчання в початкових класах. Це явище в ранньому дитинстві закономірне, тому що дорослі, які доглядають за дитиною, зазвичай задовольняють усі її емоційні потреби. Під час переходу дитини з дошкільного в молодший шкільний вік у неї з'являється нова соціальна роль. Вона потрапляє в умови, коли не всі її потреби і бажання задовольняються саме тоді, коли вона цього прагне. Відповідно, вона має підпорядковуватися загальновизнаним умовам шкільного життя, що не завжди позитивно сприймає, виникають негативні переживання. У цей період носіями зразків поведінки дорослих щодо дитини є не тільки мама, тато, близькі люди із сім'ї, але і вчителі, однолітки в класі. Дитина звикла до одного стилю задоволення своїх емоційних потреб, а в школі є необхідність поступатися цими способами їх задоволення, що спричиняє непорозуміння між дитиною молодшого шкільного віку й вчителем, ровесниками, іншими дорослими в шкільному середовищі.

З розвитком емоційної сфери у дитини від дошкільного до молодшого шкільного віку почуття стають більш раціональними, підпорядковуються мисленню. Але це відбувається, коли дитина засвоює норми моралі і співвідносить з ними свої вчинки. Дитина вчиться розуміти не тільки свої почуття, але і переживання інших людей. Дитина може співпереживати,

співчувати літературному герою, розігрувати, передавати в сюжетно рольовій грі різні емоційні стани. Розвитку емоційної сфери сприяють всі види діяльності дитини.

У молодшому шкільному віці діти ще не вміють повністю брати під контроль свої емоції, тому їх почуття часто яскраво проявляються через вираз обличчя, жести та пози. Така емоційність безпосередньо пов'язана з певними особливостями розвитку нервової системи, яка ще не повністю сформована. У цьому віці кора головного мозку ще слабо контролює підкіркові ділянки, які відповідають за сміх, сльози, роздратування. Через це у дітей часто можуть виникати сильні але короткочасні емоційні реакції. До прикладу, раптова радість або сум. Але такі стани досить швидко міняються, дитина може заспокоїтись так само легко як і перейшла в стан збудження. Молодші школярі дуже емоційні. Емоційність позначається, по-перше, в тому, що їх психічна діяльність зазвичай забарвлена емоціями: все, що діти спостерігають, про що думають, що роблять, викликає у них емоційно забарвлене ставлення. По-друге, молодші школярі не вміють стримувати свої почуття, контролювати їх зовнішній прояв, вони дуже безпосередні і відверті у вираженні емоцій. По-третє, емоційність виражається в їхній великій емоційній нестійкості, частій зміні настроїв, схильності до афектів, короткочасним і бурхливим емоційним проявам. З роками все більше розвивається здатність регулювати свої почуття, стримувати їх небажані прояви. Тому якщо поведінка дитини змінюється в негативну сторону, це має бути взяте до уваги. Найголовніше розуміти різницю між сором'язливою і дійсно емоційно замкнутою дитиною.

Сором'язлива дитина хоче і знає, як спілкуватися з іншими, але не вміє, не може реалізувати ці знання. Замкнута дитина не хоче і не знає, як спілкуватися. Замкнутість — це порушення особистісного розвитку, що виявляється у відстороненні від товариства інших людей унаслідок

послаблення емоційного зв'язку з оточенням. Тому можна розглянути декілька основних проблем з якими безпосередньо можуть стикатись діти молодшого шкільного віку.

Емоційна замкнутість у дітей молодшого шкільного віку - це досить складний психоемоційний стан, в якому дитина не в змозі або не має бажання відкрито виражати свої почуття, майже завжди приховуючи їх від оточуючих, навіть під час сильних емоційних переживань. Дитина, яка страждає емоційною замкнутістю, часто не показує своїх емоцій у ситуаціях, що викликають емоційну реакцію. Вона не виражає радощів, не показує смутку або страху, навіть якщо це очікується в конкретній ситуації. Крім цього, дитина може мати складнощі в спілкуванні з однолітками та дорослими. Вона не ділиться своїми переживаннями, не розповідає про свої думки та почуття, що призводить до відчуження. Така дитина часто має низьку самооцінку, їй важко розуміти свої власні почуття, вона може відчувати, що її емоції не мають значення, або що їх не можна виявляти. Як наслідок, вона часто замкнута в собі, намагається уникати соціальних контактів і воліє проводити час наодинці. Це лише посилює її емоційну ізоляцію.

Причини емоційної замкнутості бувають абсолютно різними. Однією з основних чинників є негативна атмосфера в сім'ї. Насильство, розлучення батьків або емоційна холодність з боку батьків можуть спричиняти у дитини страх виражати свої емоції. Вона починає замикатися в собі, бо не відчуває підтримки та розуміння з боку близьких людей. Ще однією причиною є соціальна ізоляція, зокрема проблеми з вливанням в колектив. Якщо дитина стикається з булінгом чи насмішками з боку однокласників, вона може почати боятися виражати свої емоції або ж уникати контактів із зовнішнім світом. Згідно з Законом України «Про охорону дитинства» (2017), всі органи влади, зокрема соціальні працівники, зобов'язані створювати умови

для розвитку емоційної підтримки дітей, особливо тих, хто переживає емоційну замкнутість, що є важливим кроком для подолання цього стану[15].

Тривала емоційна замкнутість може мати серйозні наслідки для розвитку дитини. Оскільки дитина не може адекватно виражати свої почуття, вона стикається з труднощами в соціалізації. Їй важко взаємодіяти з іншими дітьми та дорослими, що може призвести до відчуження і соціальної ізоляції. Крім того, емоційна закритість може впливати на навчальний процес, оскільки дитина часто не проявляє інтересу до навчання і може не реагувати на те, що відбувається в класі, через страх або відчуття не комфорту. Це може привести до проблем в навчанні та розвитку. В умовах труднощів адаптації в школі соціальна ізоляція може стати ще більш вираженою. Коли дитина не може або не хоче відкрито виражати свої почуття, вона стикається з відчуттям відчуження як з боку однолітків, так і з боку вчителів. Це підсилює труднощі адаптації, адже їй стає складно взаємодіяти з іншими, налаштовувати соціальні зв'язки і вписуватися в нові соціальні норми шкільного середовища. Діти з емоційною замкнутістю можуть не відчувати себе в безпеці через неможливість відкрито говорити про свої переживання або запитувати про допомогу. Як результат, у них розвивається тривожність та страх перед змінами, що значно ускладнює процес адаптації. Якщо дитина не має достатньої емоційної відкритості, їй буде важко налагодити контакт з учителями та однокласниками. Вчителі можуть сприймати таку дитину як замкнуту, а однокласники — як менш доступну для дружніх стосунків, що додатково ускладнює її адаптацію до нових умов. Діти, які переживають емоційну замкнутість, часто не мають змоги відкрито виражати свої почуття, що призводить до накопичення внутрішнього напруження. Це напруження може вилитися в агресивні прояви — як спосіб вираження незадоволення, розчарування або болю. У

таких дітей відсутній конструктивний механізм вираження емоцій, і вони не навчені вирішувати свої внутрішні конфлікти мирним шляхом, що робить агресію чи агресивну поведінку більш ймовірною. Проблеми агресії серед молодших школярів є значущим аспектом в соціально-психологічному вимірі. Вивчення цього явища дозволяє отримати уявлення про динаміку міжособистісних відносин та соціальної поведінки у молодшому шкільному віці. Агресивна поведінка може впливати на здатність дитини до навчання та соціальну адаптацію в школі. Дослідження цього аспекту може виявити, як агресія впливає на здатність учнів адаптуватися до шкільного середовища. Відсутність можливості виражати емоції та переживання конструктивно може призвести і до розвитку девіантної поведінки. Діти, які не можуть адекватно комунікувати свої емоції, шукають інші способи привертання уваги чи вирішення своїх внутрішніх проблем. Девіантна поведінка (наприклад, вандалізм, крадіжки, порушення правил) може стати виразом протесту проти соціальних норм або способом знайти контроль над ситуацією. У дітей з емоційною замкнутістю відсутня здатність до саморегуляції, і вони можуть бути більш схильні до порушення норм та правил.

Емоційна замкнутість, агресія та девіантна поведінка можуть створювати замкнуте коло. Наприклад, якщо дитина агресивно реагує на непорозуміння чи труднощі в спілкуванні, це може призвести до відторгнення однолітків та педагогів, що ще більше посилює емоційну замкнутість. Труднощі в соціалізації можуть загострити агресивні або девіантні реакції, а замкнутість дитини щодо її емоцій не дозволяє знайти інші, конструктивні способи самовираження. Враховуючи цей цикл, арт-терапія є ефективним способом допомогти дитині порушити замкнуте коло. Завдяки можливості виражати свої емоції через творчість, арт-терапія дозволяє дітям не лише опрацювати свої внутрішні переживання, але й

знайти нові способи взаємодії з оточенням, що сприяє полегшенню емоційної замкнутості, зменшенню агресії і допомагає в адаптації до нових умов. Це важливий момент, оскільки за допомогою творчості діти можуть виражати те, що не завжди можуть сказати словами, тим самим відкриваючи шлях до емоційної відкритості та розвитку соціальних навичок. Таким чином, арт-терапія є потужним інструментом, що дозволяє дітям виражати свої емоції через творчість, допомагаючи їм пережити та опрацювати складні почуття, знижуючи агресію, емоційну замкнутість та девіантну поведінку. Вона є ефективною для дітей, які не можуть або не хочуть відкрито висловлювати свої почуття словами. Це дозволяє знайти альтернативні способи самовираження, сприяючи розвитку емоційної відкритості, соціальних навичок та адаптації в колективі. Для корекції зазначених проблем можна застосувати декілька методик, які сприятимуть їх вирішенню.

Однією з дійсно дієвих арт-терапевтичних вправ, є створення малюнка, який передає емоційний стан дитини. Їй пропонують намалювати свій настрій використовуючи кольори, лінії та вигадані образи. Зображення не обов'язково повинно бути реалістичним чи з певним сюжетом. Головним є те, щоб малюнок передавав внутрішні відчуття дитини. Така техніка дозволяє дитині краще зрозуміти себе і свої емоції, навчаючись їх визначати та виражати без страху чи напруження. Цей підхід розглянуто О. М. Дубринською, яка підкреслює роль творчої діяльності як ефективного інструмента емоційної підтримки та розвитку дитини [10].

У роботі з дітьми молодшого шкільного віку, які переживають труднощі в адаптації до нових умов, доцільним буде використати певні арт-терапевтичні техніки, що сприятимуть емоційному розвитку та зниженню тривожності. Методика передбачає створення малюнка дитиною, на якій вона зображує себе у новому класі, серед нових друзів, або у новому середовищі, яке її лякає. Такий

підхід допомагає дитині усвідомити, що зміни — це природний і нормальний процес. Важливим елементом є те, що дитина може проаналізувати свої емоції щодо цієї ситуації та зрозуміти, що немає причин для страху. Малюнок також дозволяє візуалізувати нове середовище, що полегшує адаптацію до нього. Ця техніка є одною з підходів описаних в арт-терапевтичних роботах І.В. Панасюк

Одним з ефективних способів корекції агресивної або ж девіантної поведінки є використання творчості для вираження негативних емоцій. Дитина зображує свій гнів, а після малюнок зберігається в коробці або іншому об'єкті, що символізує контроль над емоціями. Такий процес допомагає дитині зрозуміти, що емоції можливо контролювати і не давати їм змогу проявлятися через агресію. Цей метод безпосередньо допомагає розвинути саморегуляцію та знизити рівень агресії. Як зазначають Калька Н. та Ковальчук З., він сприяє розвитку емоційної свідомості та полегшує адаптацію дітей [23].

Можна зробити висновок, що арт-терапія є важливим і корисним інструментом для корекції емоційної замкнутості, труднощів адаптації та агресивної або девіантної поведінки. Крім того, арт-терапія допомагає дітям зрозуміти свої внутрішні переживання та знайти здорові способи їх управління, що позитивно впливає на їх соціальну адаптацію та стосунки з оточенням.

1.3. Арт-терапія як інструмент діяльності соціального педагога

Упродовж останніх років арт-педагогіка й арт-терапія у цьому аспекті стали відігравати все більш відчутну роль, оскільки методи терапевтичного впливу на особистість. Звернення соціальних працівників і соціальних педагогів до використання у своїй професійній діяльності засобів мистецтва (музичного, драматичного, художнього, танцювального тощо) стає важливим чинником позитивного впливу на емоційний, морально-психологічний стан особистості. Аналіз праць вітчизняних і зарубіжних дослідників дає підстави стверджувати, що в сучасній соціально-педагогічній теорії існує певна суперечність, яка полягає у тому, що частина науковців трактує арт-терапію (терапія мистецтвом) як базову, на основі якої сформувався новий напрямок – артпедагогіка, що охоплює не тільки соціально-педагогічну роботу з дітьми з особливими потребами, а й соціально-виховну роботу зі здоровими дітьми і забезпечує соціокультурну адаптацію школярів (О. Деркач) [9].

Сутність арт-терапії (як визначає Н. Заверико) полягає в терапевтичному й корекційному впливі мистецтва на суб'єкта і виявляється в реконструкції психотравмуючої ситуації за допомогою художньо творчої діяльності, екстеріоризації переживань, пов'язаних з нею, через продукт художньої діяльності, а також створення нових позитивних переживань, формування креативних потреб і засобів їх задоволення[22]. Отже, арт-терапія (терапія мистецтвом) – один із методів психологічної роботи, що використовує можливості мистецтва для досягнення позитивних змін в інтелектуальному, емоційному й особистісному розвитку людини. Дослідниця Л. Полторак, розглядаючи можливості методів арт-терапії та їх роль у професійній діяльності соціальних працівників з різними категоріями клієнтів, доводить, що методи арт-терапії посідають важливе місце у професійній діяльності соціальних

працівників і відіграють провідну роль у наданні якісної допомоги, яка зорієнтована на сучасні вимоги різним групам клієнтів. Погоджуємося, що використання методів арт-терапії дозволяє соціальним працівникам враховувати індивідуальні особливості особистості, життєві обставини, в яких вона перебуває та забезпечувати максимально ефективний процес впливу на особистість в процесі роботи з нею [34].

На сьогодні існує багато методичних прийомів (технік і технологій) соціально-педагогічного корекційно-терапевтичного впливу у роботі з дітьми з особливостями психофізичного розвитку. Соціальні працівники й соціальні педагоги в своїй практичній діяльності використовують ізотерапію (ліплення, малювання, декоративно-прикладне мистецтво), бібліотерапію (лікувальний вплив читання); імаготерапію (театралізація); музикотерапію (сприйняття музики); кінезітерапію (лікувальний вплив рухів – корекційна ритміка, танцювальна терапія); казкотерапію, логотерапію, лялько терапію та інші. Соціально-педагогічна корекція й терапія може здійснюватися у двох основних організаційних формах: індивідуальній та груповій. Існують і певні особливості застосування корекційно-терапевтичних технік у залежності від віку клієнтів, індивідуальних потреб і особливостей їхнього розвитку, конкретних життєвих обставин і ситуацій тощо. Арт-терапія є важливим інструментом соціального педагога, оскільки вона дає можливість працювати з емоціями дітей через творчі практики. Це дозволяє не лише коригувати поведінку дитини, але й допомогти їй у процесі соціалізації та розвитку. Використання арт-терапевтичних методів дозволяє соціальному педагогу створити безпечне середовище для вираження емоцій і переживань дітей, а також виявляти ті внутрішні конфлікти, які дитина може не виявляти через звичайне спілкування.

Одна з основних функцій арт-терапії — це діагностика емоційного стану дитини. Завдяки творчим методам, таким як малювання або казкотерапія, педагог

може отримати цінні інсайти про переживання дитини, що є важливими для подальшої роботи з нею. Творчий процес дозволяє дитині вільно виражати свої почуття і переживання, що може бути складно зробити словами. Корекційна функція арт-терапії спрямована на допомогу дітям у подоланні стресу, тривожності та інших негативних емоцій. Ці методи створюють можливість для конструктивного переживання складних ситуацій, що дозволяє дитині адаптуватися до них. Творчі техніки допомагають знизити рівень емоційного напруження та сформувати здоровіші емоційні реакції на стресові ситуації.

Арт-терапія також має розвивальний аспект, допомагаючи дітям розвивати творче мислення, уяву і емоційну інтелігенцію. Завдяки заняттям арт-терапією діти можуть покращити свою здатність до самовираження, що є важливим для їхнього особистісного розвитку. Вони навчаються проявляти свої почуття через мистецтво, що стимулює не лише їхню творчість, а й розвиває впевненість у власних силах. Важливою є і соціалізуюча функція арт-терапії, адже через спільну діяльність з іншими дітьми, вони вчаться співпрацювати, слухати один одного, співпереживати. Це особливо важливо для дітей, які мають труднощі в адаптації до колективу. Заняття арт-терапією дозволяють налагодити соціальні зв'язки і створити позитивну атмосферу для розвитку взаємодії серед дітей. Компенсаторна функція арт-терапії полягає в тому, що ці методи допомагають дітям з важкими психологічними станами відновлювати емоційну рівновагу, даючи їм можливість самовираження у творчій діяльності. Це особливо корисно для дітей, які переживають стрес або мають особливі потреби. Крім того, арттерапія виконує мотиваційну функцію, підвищуючи інтерес дітей до творчих процесів. Це сприяє не лише розвитку креативності, але й зміцнює самоповагу дітей, мотивуючи їх до активної участі в соціальній діяльності.

Арт-терапія є надзвичайно гнучким методом, який дозволяє соціальному педагогу враховувати індивідуальні потреби кожної дитини. Кожна дитина має свій рівень розвитку, інтереси, особливості емоційного стану і поведінки. Тому

важливо, щоб педагог адаптував терапевтичні методи під конкретну ситуацію дитини, використовуючи творчі техніки, які найбільше відповідають її внутрішнім переживанням. Наприклад, для дітей, які мають труднощі у вербальному вираженні емоцій, можуть бути корисні методи малювання чи ліплення. Ці техніки дозволяють дітям виражати свої почуття через творчість, обираючи символи, кольори та форми, які найбільше резонують з їхнім внутрішнім світом. Для дітей, які відчувають тривогу чи агресію, можуть бути корисні методи музикотерапії або танцювальні практики, які допомагають зняти емоційне напруження та відновити емоційну рівновагу. Важливо зазначити, що арт-терапія не є одноманітним методом. Кожен конкретний випадок вимагає індивідуального підходу, тому соціальний педагог має володіти знанням різноманітних технік і методик, щоб вибрати найефективніші для конкретної дитини.

Зважаючи на актуальність та важливість напрямку у роботі соціальних педагогів, необхідно зазначити, що в Україні законодавчо визначені права дітей на доступ до якісної освіти та психосоціальної підтримки, що також включає використання арт-терапії. Закон України "Про освіту" визначає, що кожна дитина має право на навчання в безпечному та здоровому середовищі, а також на отримання психосоціальної підтримки[14].

Згідно з Законом України "Про соціальні послуги", держава зобов'язується надавати соціальні послуги, що включають психологічну допомогу, психосоціальну підтримку та різноманітні методи, серед яких арт-терапія.[17]. Закон визначає право дітей на отримання таких послуг, що сприяє їх соціалізації та розвитку у безпечному середовищі, зокрема в процесі корекційно-терапевтичної роботи.

Таким чином, індивідуальний підхід у арт-терапії дає соціальному педагогу можливість врахувати особливості дитини, її психологічний стан і створити найбільш ефективний терапевтичний процес. Коли арт-терапія проводиться в

групах, це не лише сприяє розвитку індивідуальних творчих здібностей, але й зміцнює групову динаміку, покращує взаємодію між дітьми та підтримує їх соціалізацію. У групових заняттях діти мають можливість взаємодіяти з однолітками, ділитися своїми переживаннями і спостереженнями, що допомагає їм розвивати навички спілкування, співпереживання і взаємодії. Вони вчаться висловлювати свої почуття не тільки через творчість, але й через спільні проекти та колективну діяльність.

Цей процес є надзвичайно важливим для дітей, які мають труднощі у соціалізації або комунікації з однолітками. Арт-терапія може допомогти зняти бар'єри, які заважають нормальній взаємодії, і створити атмосферу підтримки і взаєморозуміння серед учасників. Кожен учасник групи через свою творчу діяльність розвиває важливі соціальні навички, такі як співпраця, повага до думки інших, вміння вислуховувати і розуміти позицію інших. Також групові арт-терапевтичні сесії дозволяють дітям побачити, що їхні проблеми не є унікальними, а вони можуть знайти підтримку серед інших, хто переживає схожі труднощі. Це може значно знизити рівень ізоляції та сприяти розвитку почуття спільноти і належності.

Арт-терапія може бути ефективно інтегрована в програми соціально-педагогічної роботи в школах, що дозволить підтримувати емоційний стан учнів та попереджати виникнення психологічних проблем. Зокрема, в умовах навчального процесу, який часто супроводжується стресом, високими вимогами та тиском, арт-терапевтичні методи можуть стати чудовим інструментом для профілактики емоційного вигорання, тривожності, депресії та інших розладів. Впровадження арт-терапії може здійснюватися через регулярні заняття в рамках факультативів, гуртків чи спеціальних психологічних груп. Наприклад, після інтенсивних навчальних періодів або підготовки до іспитів, заняття з арт-терапії можуть стати способом знизити рівень стресу серед учнів, дати їм можливість відпочити, розслабитися і відновити емоційну рівновагу.

Окремі методи арт-терапії можуть бути застосовані також в інклюзивних класах або у роботі з учнями, які переживають особистісні або сімейні труднощі. Важливо, щоб педагог вміло інтегрував ці методи в загальний освітній процес, створюючи комфортне середовище для самовираження та розвитку кожного учня. Застосування арт-терапії в школах також сприяє створенню більш гармонійної атмосфери в колективі. Завдяки арт-заняттям діти можуть навчитися працювати в команді, розвивати взаємоповагу та відповідальність за загальний результат, що є важливими соціальними навичками для їхнього майбутнього.

Тому інтеграція арт-терапії в освітній процес не лише сприяє психоемоційному здоров'ю учнів, а й допомагає покращити атмосферу в класі та навчальному закладі в цілому. Арт-терапія виступає потужним інструментом у діяльності соціального педагога, особливо в роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Завдяки своїй гнучкості та багатоваріантності методів, вона дозволяє забезпечити індивідуальний підхід до кожної дитини, враховуючи її емоційний стан, потреби та особливості розвитку. Через творчу діяльність діти мають змогу безпечно виражати свої почуття, переживання та внутрішні конфлікти, що є важливим для їхнього психологічного благополуччя. У груповому форматі арт-терапія сприяє налагодженню соціальних зв'язків, покращенню комунікації та формуванню атмосфери підтримки серед дітей. Така взаємодія допомагає подолати ізоляцію, знижує рівень тривожності та розвиває емпатію. Практичне впровадження арт-терапевтичних методик у закладах освіти дозволяє не лише здійснювати корекційну роботу з дітьми, які переживають труднощі, а й виконувати профілактичну функцію — зменшуючи стресове навантаження та підтримуючи емоційний баланс учнів у навчальному процесі. Отже, арт-терапія є ефективним засобом соціально-педагогічного впливу, що поєднує розвиток, підтримку та допомогу у сприятливому творчому середовищі.

Висновки до розділу

Після аналізу теоретичних основ арт-терапії в роботі соціального педагога з молодшими школярами можна зробити декілька досить важливих висновків.

Арт-терапія - це не просто метод корекції, а цілісна система впливу, яка допомагає дітям справлятися з тривогою, внутрішніми переживаннями через творчість. Вона поєднує в собі виховний, розвивальний, лікувальний та корекційний потенціал мистецтва. Її суть базується на ідеях гуманістичної психології, психоаналізу, гештальт-терапії і безпосередньо педагогіки мистецтва. Для соціального педагога арт-терапевтична робота це значущий інструмент, який не тільки надає дитині підтримку в дійсно складні етапи життя, але й сприяє адаптації до соціального середовища та профілактиці емоційних труднощів. Творча діяльність дозволяє краще відчувати внутрішній стан дитини, створити довірливу атмосферу та безпечний простір для самовираження. Таким чином, арт-терапія стає незмінним ресурсом у роботі з дітьми молодшого шкільного віку, тому що сприяє їх гармонійному розвитку, подоланню емоційних перешкод і формуванню позитивного досвіду спілкування з оточуючими.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1 Діагностичне дослідження соціально-психологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку

На етапі проведення практичного дослідження щоб краще зрозуміти особливості освітнього процесу та виявити чинники, що впливають на його ефективність, було проведено діагностичне вивчення. На цьому етапі головним завданням стало отримання інформації про наявний стан справ, що дозволило визначити актуальні проблеми та потреби учасників освітнього процесу. У рамках дослідження було підібрано низку діагностичних методик, які відповідають віковим особливостям молодших школярів і змісту досліджуваної проблеми. Застосовані методики дали змогу отримати як кількісні, так і якісні дані для подальшого аналізу.

Для проведення дослідження, спрямованого на вивчення та діагностику проблем емоційної замкнутості, труднощів в адаптації та агресивної поведінки, нами було застосовано наступні методики: "Малюнок настрою", "Який я?" та "Розпізнавання емоцій".

Для кращого розуміння емоційного стану, самопочуття та настрою дитини була обрана методика «Малюнок настрою» (Додаток А).

Ця методика допомагає фахівцю оцінити емоційне сприйняття і вираження дитини, її здатність до самопізнання та саморегуляції емоцій. Під час малювання фахівець спостерігає за поведінкою дітей: які вони кольори обирають, наскільки впевнено зображують. У методиці «Малюнок настрою» основна увага приділяється таким елементам, як кольори, форма і розташування об'єктів, а

також характер ліній. Ці деталі дозволяють краще зрозуміти внутрішній стан дитини, її настрій, рівень тривожності, напруги чи, навпаки, гармонії. Вибір кольорів часто говорить більше, ніж сам малюнок. Якщо дитина використовує яскраві, теплі кольори — жовтий, рожевий, оранжевий — це може свідчити про гарний настрій, відкритість, активність. Якщо ж у малюнку переважають темні або холодні відтінки — синій, сірий, чорний — це може бути ознакою суму, тривожності, втоми або внутрішньої замкненості. Коли дитина надто часто використовує червоний колір, це іноді говорить про збудження, напруження чи навіть агресивність.

Потрібно звертати увагу також на розміри і розташування елементів на аркуші. Якщо малюнок великий, чіткий, з упевненими лініями — це хороший знак, який говорить про відкритість та внутрішню стабільність. Маленькі або розрізнені деталі можуть свідчити про невпевненість, тривожність або емоційну розгубленість. Коли зображення розміщене по центру аркуша, це може вказувати на внутрішню гармонію. Якщо ж малюнок «ховається» в кутку — це частий сигнал про замкненість, пригніченість або небажання взаємодіяти.

Якщо лінії м'які, плавні — це говорить про спокій, рівновагу, відчуття безпеки. А от різкі, ламані, рвані лінії часто з'являються в дітей, які переживають емоційну напругу або конфлікт. Так само важливий і натиск: сильний — може свідчити про напруження або навіть агресію, слабкий — про втому, невпевненість чи пригнічений стан. Результати аналізу малюнків дозволяють оцінити емоційний стан дітей, їх здатність до самопізнання та рівень внутрішньої гармонії.

Усі ці ознаки розглядаються в комплексі, адже сам по собі, наприклад, темний колір ще не є остаточним показником негативного настрою. Важливо спостерігати за дитиною в процесі малювання, спокійно поговорити з нею після завершення роботи — запитати, що вона намалювала, чому обрала саме такі кольори. Це допомагає не лише точніше інтерпретувати малюнок, а й встановити

довірливий контакт із дитиною. Нижче наведено таблицю з інтерпретацією результатів.(див. таблицю 2.1)

Таблиця 2.1 - Аналіз емоційного стану дітей.

Категорія дітей	Відсоток учасників%	Характеристика малюнків	Емоційний стан
Малюнки з яскравими теплими кольорами		Чіткі малюнки з упевненими лініями, переважають жовтий, оранжевий, рожевий	Високий рівень активності, відкритості, гарний настрій, внутрішня стабільність, емоційна впевненість
Малюнки з холодними або темними відтінками		Малюнки з нечіткими або дрібними елементами, переважають синій, сірий, чорний	Ознаки тривожності, суму, внутрішньої замкнутості, невпевненість, емоційна розгубленість
Малюнки з переважанням червоного кольору		Різкі, ламані лінії, відсутність чіткої організації	Емоційна напруга, збудження, агресивність, труднощі в саморегуляції емоцій
Малюнки що відображають замкнутість		Малюнки в кутку аркуша, дрібні, нечіткі деталі, нерівні лінії	Бажання уникати уваги, ізоляція, пригніченість, емоційна напруженість

Вибір кольорів у малюнках виявив певні патерни. Діти, які обирали яскраві теплі кольори, такі як жовтий, оранжевий і рожевий, показали високий рівень активності, відкритості та гарного настрою. Ці малюнки зазвичай були чіткими, з упевненими лініями, що також свідчить про внутрішню стабільність і емоційну впевненість. Таких дітей було 60% від загальної кількості учасників.

Діти, які вибирали холодні або темні відтінки, як синій, сірий або чорний, продемонстрували ознаки тривожності, суму та внутрішньої замкнутості. Ці малюнки часто були менш виразними, з нечіткими або дрібними елементами, що вказує на невпевненість і емоційну розгубленість. Відповідно, ця група дітей складала 20%.

У 10% дітей переважав червоний колір, що може бути інтерпретовано як ознака емоційної напруги, збудження або навіть агресивності. В їх малюнках можна було помітити різкі, ламані лінії, що також підтверджує наявність емоційного напруження. Ці діти зазвичай не мали чіткої організації в малюнках, що свідчить про труднощі в саморегуляції емоцій.

Загалом, 10% дітей виявили внутрішню замкнутість, їх малюнки були розміщені в кутку аркуша, з дрібними, нечіткими деталями. Це вказує на їх бажання уникати уваги, певний рівень ізоляції або пригніченості. Їх лінії були нерівними, часто рваними або ламаними, що також підтверджує їх емоційну напруженість. Завдяки такому аналізу можна побачити, що дитина переживає насправді - навіть якщо вона не говорить про це вголос. Це відкриває можливість вчасно надати підтримку й допомогу, коли вона дійсно потрібна. Таким чином, застосування методики «Малюнок настрою» дає змогу побачити емоційний стан дитини через образи й кольори, що є особливо важливим у роботі з молодшими школярами, які ще не завжди вміють точно формулювати власні почуття. Водночас, щоб отримати більш повну й глибоку картину внутрішнього світу дитини, доцільно доповнювати візуальні методи вербальними техніками, які дають можливість оцінити самооцінку та емоційне сприйняття себе.

Методика «Який я?» (О. А. Білобрикіна) виявляє, як дитина емоційно сприймає себе, як оцінює власну поведінку, риси характеру та взаємодію з оточенням (Додаток Б). Це допомагає виявити загальний емоційний фон самооцінки, рівень впевненості в собі або, навпаки, тривожності, внутрішніх переживань і невпевненості. Дитині зачитують сім варіантів самооцінних характеристик, кожна з яких відображає певний рівень позитивного чи негативного ставлення до себе. У спокійній атмосфері дитина слухає слова та обирає те, яке, на її думку, найкраще її описує. Важливо, щоб психолог не нав'язував вибір і не намагався підказувати дитині «правильну» відповідь. Методика є особливо ефективною у віці 6-10 років, коли формування образу «Я» ще перебуває в динамічному розвитку. Коли дитина обирає одну з характеристик, важливо не лише зафіксувати її вибір, а й зрозуміти, що саме за ним стоїть.

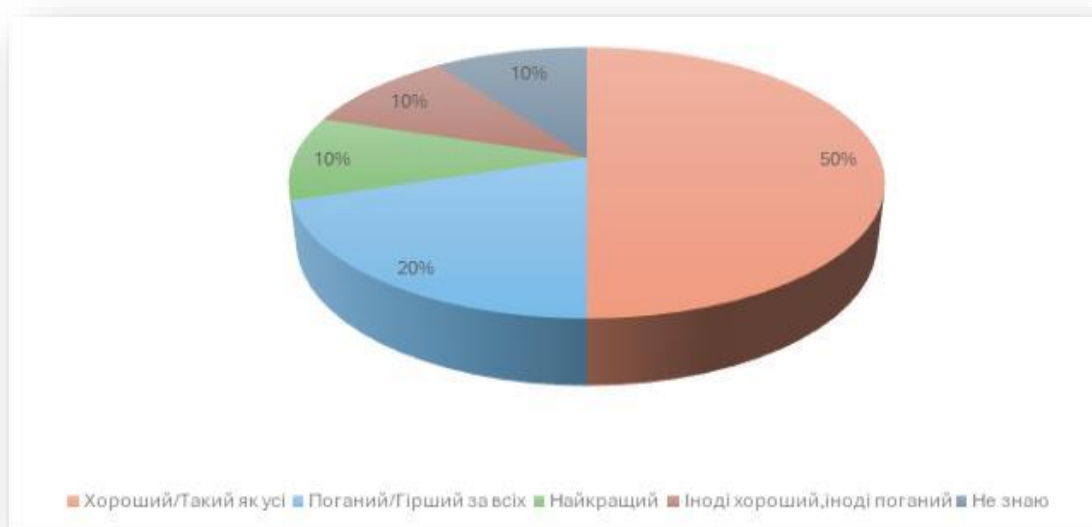


Рисунок 2.1 - Рівень емоційного самосприйняття дітей

Аналіз результатів, отриманих під час проведення методики, показав, що половина дітей (50%) мають адекватну та позитивну самооцінку, що свідчить про емоційну стабільність. Для них характерна здатність адекватно оцінювати себе, без надмірної ідеалізації чи заниження. Однак одна дитина (10%)

продемонструвала завищену самооцінку, що може свідчити про потребу в додатковій увазі або компенсацію внутрішніх сумнівів. 20% дітей обрали характеристику «Поганий / Гірший за всіх», що вказує на знижену самооцінку та можливі ознаки тривоги. Ще одна дитина (10%) показала нестійку самооцінку, що проявляється в коливанні між позитивним і негативним образом «Я». Нарешті, 10% дітей не змогли визначити, як вони себе оцінюють, що може свідчити про емоційну невизначеність або внутрішній конфлікт.

З отриманих результатів видно, що методика є ефективною для виявлення рівня самооцінки та емоційного стану дітей. Це дозволяє не лише виявити проблеми, але й підготувати базу для корекційної роботи. Для дітей з низькою самооцінкою важливо забезпечити підтримку, що допоможе знизити рівень тривоги та підвищити емоційну стійкість. З дітьми, які демонструють нестабільність у самооцінці, слід працювати над стабільністю їх емоційного фону. Для тих, хто має завищену самооцінку, важливо проводити роботу над розвитком більш реалістичного сприйняття себе. Також для дітей з емоційною невизначеністю корисно проводити тренування на саморефлексію та усвідомлення власних почуттів. Ці результати можуть стати основою для подальшої корекційної роботи з дітьми, а також слугувати підґрунтям для подальших досліджень у сфері розвитку самооцінки та емоційної стійкості дітей молодшого шкільного віку.

Методика «Оцінка розуміння емоцій» І.М.Бех, Н.М.Гавриш розроблена для оцінки здатності дітей визначати емоційні стани інших людей на основі виразів обличчя, поведінки та контексту ситуацій (Додаток В).

Це інструмент для розвитку та діагностики емоційного інтелекту, зокрема здатності до емпатії та правильного трактування емоційного стану інших осіб, що є важливим для соціалізації дітей. Метою цієї методики є перевірка рівня розвитку емоційної чутливості, здатності до розпізнавання і правильної ідентифікації емоцій у інших людей у різних ситуаціях. Вона допомагає виявити, чи здатні діти адекватно реагувати на емоційні сигнали оточуючих, а також

оцінити, наскільки добре вони розуміють емоційний контекст. Нижче буде наведено результат і аналіз проведеної методики у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2 - Рівні розуміння емоцій у дітей

Рівень розуміння емоцій	Відсоток	Інтерпретація
Високий рівень		Чітке розпізнавання емоцій, аргументовані відповіді, емпатія.
Середній рівень		Діти мають помірний рівень розуміння емоцій, але потребують додаткової роботи для поліпшення навичок.
Низький рівень		Діти мають труднощі в розпізнаванні емоцій, що вказує на необхідність індивідуального підходу та корекційних вправ.

Високий рівень (40% учасників). Чотири з десяти учасників показали високий рівень здатності розпізнавати емоції. Вони вільно ідентифікували емоційні стани і пояснювали їх. Це свідчить про добре розвинуту емоційну чутливість і здатність до емпатії. Для таких дітей подальша робота може зосереджуватися на розвитку їх навичок соціальної адаптації, здатності впливати на емоційний стан інших людей і покращення їх комунікаційних навичок.

Середній рівень (40% учасників). Четверо дітей мають середній рівень розуміння емоцій. Вони можуть визначати базові емоції, але мають труднощі з інтерпретацією складніших емоційних ситуацій або з наданням обґрунтованих відповідей. Для цих дітей важливо розвивати навички глибокого аналізу емоцій та практикуватися в складніших соціальних ситуаціях, де емоції не завжди

очевидні. Можна використовувати вправи, які зосереджуються на аналізі поведінки персонажів і взаємодії емоцій у різних ситуаціях.

Низький рівень (20% учасників). Двоє дітей мали труднощі в розпізнаванні емоцій, що вказує на необхідність індивідуальної корекційної роботи. Для цих дітей доцільно використовувати методи арт-терапії, рольові ігри або спеціалізовані вправи для розвитку емоційної чутливості. Важливо проводити роботу, спрямовану на допомогу в розпізнаванні емоцій у реальних ситуаціях, наприклад, через аналіз ситуацій з повсякденного життя або мультфільмів, де персонажі відчують різні емоції.

Можна прийти до висновку, що методики, які застосовуються для діагностики та розвитку емоційного інтелекту в дітей молодшого шкільного віку, є важливими інструментами для корекційної роботи та покращення соціальних і емоційних умінь. Вони не лише дають змогу оцінити рівень емоційної чутливості дитини, а й активно сприяють розвитку цих навичок через практичні завдання та вправи, що є ключовими для формування здорових соціальних взаємодій і загального психологічного благополуччя дітей.

2.2 Корекційна програма з елементами арт-терапії для роботи соціального педагога з молодшими школярами

Аналіз даних дослідження визначив необхідність розробки корекційної програми емоційної замкнутості, що призводить до труднощів в адаптації до шкільного середовища та агресивної поведінки серед дітей молодшого шкільного віку у ліцеї №14 імені Івана Огієнка м. Хмельницького.

Мета програми: гармонізація всебічного розвитку особистості дитини через розвиток здібностей самовираження і самопізнання.

Завдання програми:

Розвиток почуття внутрішнього контролю. Сприяння формуванню в учасників здатності до усвідомлення власної поведінки, контролю за діями та емоціями, а також відповідального ставлення до прийняття рішень і наслідків своїх вчинків.

Розвиток довільності психічних процесів. Створення умов для формування здатності свідомо регулювати увагу, мислення, уяву та пам'ять, що є основою для саморегуляції, зосередженості й організованості у повсякденному житті та навчанні.

Розвиток креативності, творчих здібностей і підвищення самооцінки. Активізація творчого мислення, вміння генерувати нові ідеї, нестандартно вирішувати завдання; формування позитивного образу «Я» через успіх у творчій діяльності та самовираженні.

Розвиток соціально значущих почуттів і способів спілкування. Формування емоційної чутливості до інших, розвиток емпатії, здатності до співпереживання, толерантності, навичок взаємного прийняття. Стимулювання почуття задоволення від власного розвитку та відкриття прихованих талантів.

Розвиток пізнавальних і творчих навичок і комунікативних здібностей. Підвищення інтересу до пізнання, розвиток інтелектуального потенціалу,

здатності до логічного мислення, а також уміння висловлювати свої думки, слухати й розуміти співрозмовника.

Стимулювання творчого самовираження, розкриття свого «Я». Надання можливостей для реалізації власних думок, почуттів і образів у різних формах творчості, що сприяє особистісному зростанню та емоційному благополуччю.

Розширення уявлень про самих себе, розвиток інтересу до самого себе. Сприяння самопізнанню, усвідомленню власних інтересів, цінностей, сильних сторін та внутрішнього потенціалу, що є основою для формування цілісної особистості.

Розвиток впевненості в собі, підвищення самооцінки. Формування позитивного ставлення до себе через досягнення в діяльності, підтримку з боку оточення та отримання позитивного зворотного зв'язку.

Зняття напруги, гармонізація емоційного стану. Використання методів релаксації, арт-терапії та інших психоемоційних технік для зменшення тривожності, внутрішньої напруги та створення стану психологічного комфорту.

Цільова група: діти віком 6-10 років, які мають емоційну замкнутість, труднощі в адаптації та схильність до агресії.

Програма розрахована на 8 занять, тривалість одного заняття - 1 година. Інтенсивність занять - 1 раз на тиждень. У програмі використовується групова форма роботи.

Принципи корекційної програми, спрямованої на подолання емоційної замкнутості, труднощів в адаптації та агресивної поведінки в дітей молодшого шкільного віку включають наступне:

ередбачення та врахування вікових, психологічних та особистісних особливостей учасників даної програми, що дозволить адаптувати зміст та методи корекційної роботи до індивідуальних потреб. творення комфортного та підтримуючого середовища, що сприяє більшій відкритості та довірі.

рахування темпераменту, рівня тривожності та комунікативних навичок кожної дитини.

провадження змін через прості і доступні кроки з урахуванням динаміки емоційного стану дитини.

алучення дітей до спільної діяльності, що буде сприяти розвитку комунікативних навичок.

кцент на успіхах дитини, використання заохочень як певного стимулу до подальшого розвитку.

ожливість адаптації програми до змін у поведінці та потребах дітей.

План корекційної програми емоційної замкнутості представлено в Таблиці 2.3

Таблиця 2.3 - План проведення корекційної програми

Етапи	Види роботи	Години/тиждень
Підготовчий	Діагностичні методики (малюнок, опитування, спостереження), бесіди	1 тиждень, 1 година
Основний	Поточне спостереження, участь у вправах, рефлексивні обговорення	2-4 тиждень, 6 годин
Завершальний	Повторна діагностика, порівняння результатів «до» і «після», рефлексивне опитування	5 тиждень, 1 година
Всього		

Нижче в таблиці 2.4 наведено зміст корекційної програми.

Таблиця 2.4 - Зміст корекційної програми.

<i>№</i>	<i>Назва заняття</i>	<i>Вправи</i>	<i>Ключові моменти</i>
	Знайомство з програмою	«Моє ім'я», «Моя емблема», «Кольорові емоції»	Формування контакту, зниження тривоги, адаптація в групі
	“Вивчення емоцій”	«Кольорові емоції», «Маски», «Малюнок настрою»	Розпізнавання і вираження емоцій, розвиток емпатії
	“Як я себе відчуваю”	«Скриная того, що мене засмучує», «Вогонь гніву»	Усвідомлення негативних емоцій, зниження агресії
	“Способи саморегуляції”	«Безлюдний острів», «Дихання розслаблення»	Навчання технік зниження стресу, самоконтроль.
	“Мої ресурси і сильні сторони”	«Квітка добрих рис», «Підтримка друга»	Підвищення самооцінки, розвиток соціальної підтримки
	“Мій настрій - мої кольори”	«Кольорові емоції», «Заспокійливі історії»	Розширення емоційного словника, розвиток саморегуляції
	“Я можу змінюватись”	«Маски», «Проблеми і рішення»	Усвідомлення можливості змін, розвиток навичок розв'язання конфліктів
	Підбиття підсумків	«Моя емблема», «Колесо емоцій»	Рефлексія, емоційне завершення програми, підбиття підсумків, вираження вдячності та власного досвіду.

У програмі використано методики, які були адаптовані та доповнені нами з урахуванням цілей і потреб дітей.

Корекційна програма емоційної замкнутості:

Заняття №1

“Знайомство з програмою”

Мета: створити атмосферу довіри, ознайомити дітей з програмою, почати розвиток емоційної відкритості.

Хід заняття:

організаційний момент.

права «Моє ім'я»

права «Малюнок настрою»

права «Моя емблема»

права руханка

рефлексія

Очікується, що діти встановлять перші позитивні контакти з фахівцем і між собою, знизять рівень тривожності, відчують себе прийнятими в групі. Формується почуття безпеки, довіри та інтерес до занять. Водночас починається розвиток навичок самовираження та розпізнавання базових емоцій.

Заняття №2

“Вивчення емоцій”

Мета: розширити знання дітей про різноманітність емоцій, навчити розпізнавати та усвідомлювати власні почуття, сприяти розвитку емоційної грамотності та навичок їх конструктивного вираження за допомогою арт-вправ, що стимулюють самовираження та внутрішній діалог.

Хід заняття:

права «Кольорові емоції»

права «Маски»

Малюнок настрою»

азка

ефлексія

Діти навчаться ідентифікувати власні емоції, відрізнити їх за інтенсивністю та типом. Також очікується, що вони краще розумітимуть емоційний стан інших, розвинуть емпатію та зможуть безпечно передавати свій настрій у вербальній та невербальній формах. Це стане кроком до зниження агресивних проявів.

Заняття №3

“Як я себе відчуваю”

Мета: надання дітям інструментів для усвідомлення та безпечного вираження негативних емоцій, таких як смуток та гнів, сприяння формуванню навичок контролю над емоційним станом.

Хід заняття:

права «Скриня того, що мене засмучує»

права «Вогонь гніву»

ра руханка

ефлексія

Передбачається, що діти зможуть без страху та осуду висловити те, що їх турбує чи засмучує. Заняття допоможе знизити рівень внутрішнього емоційного напруження, дасть простір для визнання власного гніву або суму. Це формує здорове ставлення до негативних емоцій та сприяє їх усвідомленому проживанню.

Заняття №4

“Способи саморегуляції”

Мета: Ознайомити дітей з простими і ефективними техніками саморегуляції, які допомагають знизити рівень стресу та емоційної напруги, навчити їх усвідомлювати власні відчуття і користуватися внутрішніми ресурсами для заспокоєння та релаксації в різних ситуаціях.

Хід заняття:

права «Безлюдний острів»

права «Дихання-розслаблення»

азка

ефлексія

Очікується, що діти оволодіють елементарними техніками релаксації й зниження тривожності. Вони навчаться заспокоювати себе в емоційно складних ситуаціях, користуючись дихальними вправами та уявними образами. Це посилить їхню здатність контролювати поведінку та зменшить емоційні спалахи.

Заняття №5

“Мої ресурси і сильні сторони”

Мета: сприяння розвитку позитивного самоусвідомлення через ідентифікацію власних сильних сторін і ресурсів, підвищення самооцінки дітей, а також сформування навичок підтримки і співпраці з однолітками для зміцнення соціальних зв'язків і дружніх стосунків.

Хід заняття:

права «Квітка добрих рис»

права «Підтримка друга»

ра руханка

ефлексія

Діти виявлять і усвідомлять свої позитивні риси, побачать сильні сторони інших, навчаться цінувати індивідуальність. Очікується підвищення самооцінки, впевненості в собі, а також формування навичок підтримки й довіри в групі, що знижує соціальну тривожність і ризик агресивної поведінки.

Заняття №6

“Мій настрій - мої кольори”

Мета: розвинути у дітей здатність усвідомлювати і відстежувати зміни власного емоційного стану, навчити їх використовувати творчі способи для

самовираження і пошуку шляхів заспокоєння, підтримати формування позитивного ставлення до своїх почуттів та навичок емоційного самоконтролю.

Хід заняття:

- права «Кольорові емоції»
- права «Заспокійливі історії»
- ра руханка
- ефлексія

Очікуваним результатом є розвиток здатності дітей аналізувати свій емоційний стан, виражати його за допомогою символів та історій. Вони вчитимуться знаходити шляхи до зміни негативного настрою на позитивний, що сприяє формуванню стабільнішої поведінки та кращому емоційному самопочуттю.

Заняття №7

“Я можу змінюватись”

Мета: сприяти усвідомленню дітьми власної здатності до змін, розвитку гнучкості мислення і навичок вирішення проблем, формувати вміння аналізувати складні ситуації, приймати конструктивні рішення та адаптуватися до нових умов у дружньому і творчому середовищі.

Хід заняття:

- права «Маски»
- права «Проблеми і рішення»
- ра руханка
- ефлексія

Діти поступово усвідомлюють, що зміни у власній поведінці можливі та досяжні. Очікується формування навичок самоаналізу, вміння бачити зв'язок між своїми діями та наслідками, а також розвиток здатності приймати рішення в конфліктних ситуаціях.

Заняття №8

“Підбиття підсумків”

Мета: закріплення результатів корекційної роботи, допомога дітям оцінити власний прогрес, підвищити мотивацію до подальшої роботи над собою, а також підтримати позитивне ставлення до власних емоцій і розвиток навичок емоційної компетентності в інтерактивній та творчій формі.

Хід заняття:

права «Моя емблема»

права «Колесо емоцій»

азка

ра руханка

Очікується, що діти зможуть узагальнити свій досвід участі у програмі, побачити особисті зміни, закріпити здобуті знання та навички. Формується позитивне уявлення про себе, з'являється відчуття завершеності, задоволення від пройденого шляху, що зміцнює емоційну стабільність і соціальну адаптованість.

Щоб допомогти дитині краще впоратись з емоціями та знизити агресію, важливо продовжувати працювати з нею надалі і вдома. Тому нами надані деякі рекомендації для батьків:

творіть вдома безпечний простір. Приділяйте увагу емоціям дитини, не знецінюйте її переживання.

використовуйте творчість як спосіб самовираження. Заохочуйте дитину до малювання, ліплення з пластиліну чи вигадкування казок. Головним в цьому є підвищений інтерес до процесу дитини.

читайте разом та обговорюйте це. Обирайте казки чи оповідання з емоційним змістом, разом обговорюйте вчинки героїв.

читайте дитину самозаспокоєнню. Виконуйте дихальні вправи, слухайте спокійну музику.

підтримуйте ініціативу. Заохочуйте дитину допомагати іншим,

висловлювати добрі слова, розповідати про власні успіхи та емоції. е змушуйте дитину ділитись чимось, якщо вона цього не хоче. Замість тиску просто будьте поруч і дайте зрозуміти, що ви завжди відкриті до розмови.

При розробці корекційної програми для дітей молодшого шкільного віку, потрібно врахувати загальні обмеження та протипоказання до участі у корекційній програмі. До таких обмежень належить наявність психічних розладів у стадії загострення, що потребують індивідуального медичного супроводу, а не участі у групових заняттях. Також участь у програмі не рекомендована дітям із середнім або тяжким ступенем інтелектуальних порушень, оскільки такі особливості потребують адаптованих методик або індивідуального підходу.

Протипоказанням є виражена дезадаптація або неконтрольована агресія, яка може створювати загрозу для інших учасників та ускладнювати процес роботи групи. Тимчасовим обмеженням є наявність соматичних захворювань у стадії загострення, включаючи інфекційні хвороби або загальне погіршення фізичного стану дитини. Низька мотивація або примусова участь без внутрішнього бажання дитини також негативно впливають на ефективність програми. Крім того, особливої уваги потребують діти, які перебувають у стані гострої життєвої кризи (наприклад, після втрати близької людини або в умовах складної сімейної ситуації). У таких випадках рекомендується індивідуальний підхід або попередня психологічна підготовка до участі в групі.

Ці обмеження варто враховувати при плануванні та реалізації корекційної програми, щоб забезпечити її результативність і безпеку для всіх учасників.

Методичні рекомендації соціальним педагогам щодо підвищення ефективності корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку

У сучасних умовах можна все частіше спостерігати емоційні та поведінкові труднощі у дітей молодшого шкільного віку. Серед них вагоме місце займає емоційна замкнутість, підвищена агресивність, труднощі в адаптації до шкільного середовища, проблеми у спілкуванні з однолітками та батьками. Ці проблеми значно ускладнюють процес соціалізації дитини, знижують рівень комфорту і позитивного перебування дитини в шкільному середовищі, а також впливають на формування самооцінки і емоційного стану загалом.

Використання різних елементів арт-терапії в школі допомагає дітям усунути прояви їх негативного психоемоційного стану, вирішити наявні психологічні проблеми. Можливості арт-терапії дозволяють стримати «вихлюпування» негативної агресивної енергії на оточуючих, сприяють гармонізації особистості з природним і соціальним середовищем. Арт-терапія створює здоровий безперервний розвиток відчуттів, тіла, почуттів та інтелекту дитини, а це основа її почуття «Я».

Робота соціального педагога з використанням арт-терапії повинна будуватись на принципах добровільності, емоційної безпеки та прийняття. Робота соціального педагога з використанням арт-терапії повинна будуватись на принципах добровільності, емоційної безпеки та прийняття. Всі заняття повинні відповідати Етичному кодексу соціального працівника України, зокрема його принципам [16].

принцип поваги до гідності особистості: соціальний працівник поважає гідність кожної дитини, надаючи їй безпечний простір для вираження емоцій через арт-терапію.

принцип конфіденційності: вся інформація про емоційний стан та психологічний процес дитини повинна залишатись конфіденційною,

надаючи можливість безпечно працювати з емоціями.

принцип неупередженості та рівності: соціальний педагог має забезпечити рівні умови для всіх дітей без дискримінації за будь-якими ознаками.

принцип професійної компетентності: педагог має дотримуватись професійних стандартів, застосовуючи арт-терапевтичні методи з урахуванням індивідуальних потреб дитини.

Усі заняття мають бути адаптовані до вікових особливостей дітей молодшого шкільного віку, сприяти розвитку уваги, емпатії, творчого самовираження. Важливо створити для дитини простір де вона зможе вільно діяти не боючись критики чи порівнянь з боку однолітків чи дорослих. Основною метою є, не результат творчої діяльності, а сам процес, який сприяє виявленню внутрішньому світу дитини.

Доцільно використовувати такі види арт-терапії, як ізотерапія (малювання, робота з кольором), казкотерапія (створення або аналіз казкових образів), пісочна терапія, музикотерапія, а також ліплення, аплікації, створення колажів та мандал. Техніки можуть комбінуватися, виходячи з індивідуальних потреб дитини. Робота має бути систематичною, але при цьому гнучкою: педагог не нав'язує зміст діяльності, а пропонує і супроводжує.

Структура заняття зазвичай включає три етапи: налаштування (коротка вправа на знайомство з матеріалами, дихальні практики або візуалізація), основну частину (творче завдання, що має емоційно-виражальний чи рефлексивний характер) та завершення (обговорення створеного, м'який перехід до повсякденності). У якості тем можуть використовуватись образи, які близькі й зрозумілі дітям: «Я і мій настрій», «Мій будинок», «Мій герой», «Моє дерево», «Казка про хороброго/хоробру» тощо. Педагогу важливо уникати прямого тлумачення дитячих робіт. Краще запитати саму дитину: що вона створила, що вона бачить у своєму малюнку, що відчувала в процесі. Це не лише знижує ризик

хибних інтерпретацій, а й підсилює ефект саморефлексії у дитини.

Ефективність арт-терапевтичної корекції оцінюється за якісними ознаками: підвищення рівня відкритості, зниження емоційного напруження, поява ініціативності, покращення комунікативної поведінки, позитивні зміни у загальному стані дитини, її стосунках із однолітками та вчителями. Таким чином, використання арт-терапії у роботі соціального педагога з молодшими школярами є не лише доцільним, а й необхідним засобом корекції емоційно-поведінкових порушень. Застосування цих методик дозволяє педагогу не лише вирішувати окремі проблеми, а й сприяти гармонійному розвитку дитини в цілому.

Практика та експериментальне дослідження показали, що в результаті проведення арт-терапевтичних занять, а також елементів арт-терапії під час уроків у молодших школярів знижується рівень тривожності, агресивності, ефективніше виявляються особистісні якості та розкриваються індивідуальні можливості, підвищується рівень творчого розвитку, формується адекватна самооцінка, а також розвиваються навички міжособистісної взаємодії.

Рекомендації для соціального педагога:

постереження за невербальною поведінкою дітей.

Під час арт-терапії діти часто виражають свої емоції через творчість, адже буває важко говорити про те, що відчуваєш. Тому соціальний педагог повинен уважно звертати увагу на те, як дитина вибирає кольори, форми та символи, які повторюються в її роботах. Наприклад, якщо дитина часто використовує темні кольори, агресивні лінії чи малює ізольовані фігури, це може вказувати на те, що вона відчуває внутрішню напругу чи емоційне відчуження. Таке спостереження дозволяє вчасно помітити зміни в емоційному стані дитини і коригувати методи роботи. Однак важливо уникати поспішних висновків, краще запитати саму дитину про значення її малюнка і слухати її відповіді без осуду.

творення ритуалів для початку та завершення заняття.

Постійна структура занять допомагає дітям відчувати стабільність і безпеку,

що дуже важливо для тих, хто має емоційні труднощі. Початок заняття може включати вправу на дихання, «музичну хвилинку» або коротке обговорення емоцій, що дає дітям можливість налаштуватися. Завершення повинно бути спокійним і позитивним, наприклад, обговорення малюнка або вправа «подарунок», де діти передають добрі слова один одному. Такі ритуали допомагають дітям комфортно входити в емоційний процес і виходити з нього, даючи відчуття завершеності.

провадження арт-методів у повсякденну роботу.

Арт-терапевтичні елементи можна використовувати не тільки під час спеціальних занять, але й у звичайному навчальному процесі. Короткі вправи, які займають всього 5–10 хвилин, можуть допомогти дітям налаштуватися на урок або, навпаки, зняти напругу після складної теми. Наприклад, можна провести вправу «малюнок настрою» або «Мій день у кольорі». Ці прості методи сприяють саморефлексії, допомагають дітям краще розуміти свої почуття і створюють позитивну атмосферу в класі.

використання техніки «чарівного предмета».

Ця методика допомагає дітям створювати свої власні символічні предмети — талісмани, амулети або фігурки, які уособлюють силу, захист або надію. Соціальний педагог може запитати дитину: «Які якості має твій предмет? Як він тобі допомагає?» Це дозволяє дитині перенести свої внутрішні ресурси в зовнішню форму, що знижує тривожність і допомагає формувати віру в себе.

алучення батьків до процесу.

Активна участь батьків у житті дитини важлива для її розвитку. Педагог може давати батькам завдання для виконання вдома, наприклад, створення родинного дерева або спільне складання казки. Це не лише сприяє кращому розумінню емоційних потреб дитини, але й зміцнює емоційний зв'язок між батьками і дітьми, стимулюючи взаємну підтримку та розуміння.

Висновки до розділу

Дослідження рівня емоційної замкнутості молодших школярів, проведене на базі Ліцею №14 імені Івана Огієнка м. Хмельницького, дозволило глибше зрозуміти особливості емоційного стану дітей 2-3 класів. У роботі було використано кілька методик — «Малюнок настрою», «Який я?» (О. А. Білобрикіна) та «Розуміння емоцій» (І.М.Бех; Н.М.Гавриш), які допомогли побачити внутрішній світ дитини через творчість та самооцінку.

У ході дослідження стало помітно, що частина дітей має труднощі у вираженні емоцій, схильні до замкнутості, невпевнені в собі. Вони часто обирають темні кольори, малюють себе ізольовано, неохоче розповідають про свій настрій. Окрім цього, спостерігалися прояви труднощів адаптації до шкільного життя: дехто уникає спілкування з однолітками, переживає стрес під час уроків, відчуває тривожність або замкненість у нових ситуаціях. Ці результати свідчать, що емоційна замкнутість і проблеми адаптації часто взаємопов'язані. Для подолання цих проблем була розроблена корекційна програма, що включає методи арт-терапії, орієнтовані на розвиток емоційної відкритості, покращення соціальних навичок і зміцнення самооцінки учнів. Програма розрахована на 8 занять, тривалість кожного 1 година. Також, були розроблені методичні рекомендації для педагогів та батьків, спрямовані на полегшення адаптаційного процесу дитини в навчальному середовищі та в колективі. Отримані результати свідчать про важливість комплексного підходу до роботи з емоційною замкнутістю та труднощами в адаптації у молодших школярів. Впровадження запропонованих методик допомагає дітям краще адаптуватися до змінюваного оточення та покращити їх взаємодію з іншими, що в свою чергу сприяє їхній гармонійній соціалізації.

ВИСНОВКИ

Метою цього дослідження було проведення ґрунтовного теоретичного та експериментального аналізу методик арт-терапії як ефективного засобу корекційної роботи з дітьми молодшого шкільного віку. Це завдання було актуальним у контексті потреби підтримки емоційного та психологічного розвитку дітей, особливо тих, хто стикається з емоційною замкнутістю, труднощами адаптації, а також агресивною чи девіантною поведінкою. Для досягнення цієї мети у дослідженні було визначено конкретні завдання, які охоплювали як теоретичний, так і практичний аспекти роботи.

Першим завданням стало дослідження теоретичних підходів до використання арт-терапії у соціально-педагогічній діяльності з дітьми молодшого шкільного віку. В ході цього було проаналізовано існуючі наукові джерела, що висвітлюють сутність арт-терапії, її психолого-педагогічні основи, а також особливості застосування творчих методів у роботі з дітьми, які мають різні психологічні складнощі. Ця теоретична база дозволила чітко зрозуміти, як за допомогою образотворчої діяльності, малювання, ліплення та інших творчих технік можна ефективно впливати на емоційний стан дитини, сприяти її самовираженню та розвитку внутрішніх ресурсів.

Другим важливим завданням стало визначення ролі соціального педагога у процесі арт-терапевтичної роботи з дітьми, що мають емоційну замкнутість, труднощі адаптації, агресивні чи девіантні прояви. Було розкрито, що соціальний педагог виступає не лише організатором терапевтичних занять, а й емпатійним провідником, який створює довірчу атмосферу, підтримує дітей у процесі розкриття їхніх внутрішніх переживань та допомагає формувати навички емоційної саморегуляції. Роль педагога також полягає у постійному моніторингу емоційного стану дитини, корекції індивідуальних програм залежно від потреб і особливостей кожного учня.

Наступним кроком було розроблення корекційної програми, що базується на методиках арт-терапії і спрямована на зниження рівня агресії, подолання емоційної замкнутості та покращення загального психологічного стану дітей молодшого шкільного віку. Програма включає комплекс вправ, ігор, творче малювання, моделювання ситуацій, що дозволяють дитині не лише виявити свої почуття, але й отримати навички конструктивного спілкування, співпраці з однолітками та саморегуляції поведінки. Під час експериментальної частини було підтверджено ефективність розроблених методик у роботі з дітьми, що сприяло значному покращенню їхнього емоційного стану.

Останнім завданням було створення методичних рекомендацій для соціальних педагогів, які працюють з молодшими школярами в контексті корекційної арт-терапевтичної діяльності. Ці рекомендації покликані полегшити практичне впровадження арт-терапії, надати чіткі інструкції, допоміжні матеріали та орієнтири для індивідуальної і групової роботи, що дасть змогу максимально адаптувати терапевтичний процес під конкретні потреби дітей.

Отже, поставлені завдання були успішно виконані, що дало змогу не лише теоретично обґрунтувати роль арт-терапії в соціально-педагогічній роботі, а й практично підтвердити її ефективність через експериментальне впровадження розробленої програми. В результаті дослідження створено комплексний підхід до використання арт-терапії, який враховує індивідуальні психологічні особливості дітей та сприяє їх гармонійному емоційному розвитку, зниженню агресивності та покращенню соціальної адаптації. Таким чином, результати дослідження можуть бути рекомендовані для використання у роботі соціальних педагогів, забезпечуючи підвищення якості корекційної роботи з молодшими школярам

СПИСОК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

Арт-терапія : від світового досвіду до національних пріоритетів [Електронний ресурс] / Н.А. Гайструк, О.В. Солейко, А.В. Гайструк, О.Л. Нестерович // Вінницький національний медичний університет імені М.І. Пирогова; регіональний центр сучасного мистецтва «Арт-Шик». Вінниця, 2024.

Вголенко В.В., Отрошко Т.В., Печериця Н.М. Підготовка майбутніх фахівців соціальної сфери до використання арт-терапевтичних технік у професійній діяльності. Наукові перспективи: журнал. Серія «Педагогіка» 2024. журнал. №3 (21) 2

Вголенко, В., & Печериця, Н. (2024). Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі. 024. С. 495-506.

Ватарейна, Ірина. "Арт-терапія як засіб виховної роботи в освітньому процесі." Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка 2.29 (2022): 149-155.

Вознесенська, О. Особливості арт-терапії як методу / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. - 2005. - № 39. - С. 5-8.

Вознесенська О. Л. Арт-терапевтична освіта: аналіз зарубіжного та вітчизняного досвіду. Простір арт-терапії. / УМО, 2016, ВГО «Арттерапевтична асоціація», 2019; [редкол.: Лушин П. В., Чуприков А. П. (та ін.]. Київ, 2019. Вип. 1 (25). С. 4–21.

Власюк, М. Арт-терапія: лікування мистецтвом / М. Власюк // Відкритий урок: розробки, технології, досвід. - 2008. - № 7/8. - С. 90

Вусева Н.І. Арт-терапія в роботі соціального педагога: методичні рекомендації. — Суми: СумДПУ, 2017.

Деркач О.О. Реалізація виховного потенціалу арт-педагогіки в умовах навчально-виховного процесу початкової школи. Науковий часопис

-

Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 14: Теорія і методика мистецької освіти. 2009. Вип. 8 (13). С. 155–159. 3.

Дубринська О.М. Арт-терапія – шлях до розвитку життєвих навичок дітей з особливими освітніми потребами: Методичний посібник. – Кривий Ріг, 2020. – 77 с.

окторович М. О., Рурик Г. Л., Хозраткулова І. А. Арт-терапія в діяльності психолога та соціального педагога. Київ: Ред. Загально педагогічних газет, 2017. 104 с.

Енциклопедія для фахівців соціальної сфери. За заг. ред. проф. І.Д. Зверєвої. Київ, Сімферополь: Універсум, 2012. 536 с

нциклопедичний словник з арт-терапії / О.Л. Вознесенська, О.О. Деркач, О.М. Скар та ін.; [за заг. ред. О.Л. Вознесенської, О.М. Скар]. К.: Золоті ворота, 2017. 312 с.

Е

З

И

Л

гадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільника / Упор. І. В. Молодушкіна — Х.: Основа, 2010.

льченко І. С. Арт-терапія: навчальний посібник для студентів. Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. 150 с.

ванова, Т. Л. Психологічна адаптація дітей у шкільному середовищі. — Одеса, 2016.

авченко Т.С. Арт-терапія у роботі з дітьми молодшого шкільного віку: навчальний посібник. — Кропивницький: ЦДПУ ім. Винниченка, 2018.

вятковська Х.Ю. Арт-терапія в контексті сімейної терапії. — Спрингфілд: Чарлз К. Томас, 1978. — 178 с.

Калька Н., Ковальчук З. «Практикум з арт-терапії: навчально-методичний

С

П

Н

В

посібник». Львів: ЛьвДУВС, 2020

опитін А.І., Свистовська О.Є. Арт-терапія дітей та підлітків. - КогітоЦентр, 2014-197с

остіков В.О. Переваги арт-терапії як засобу адаптації дітей молодшого шкільного віку до умов навчально-виховного процесу. Молодий вчений. 2015. № 5(20). Ч. 3. С. 104–107.

оваленко, К. О. (2016). АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ. ЮНІСТЬ НАУКИ–2016: СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ ТА ГУМАНІТАРНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА, 109.

озловська, Н. В. Арт-терапія в роботі з дітьми: методичні рекомендації. — Київ, 2018.

Лібман М. (2004). Арт-терапія для груп: посібник тем та вправ. Лондон:

аслоу А. М. (1954). Мотивація та особистість. Нью-Йорк: Harper & Row.

рел, А. В. (2020). Арт-терапія та інформаційні технології в арсеналі соціального працівника.

10. Наумбург М. Вступ до арт-терапії: дослідження "вільного" художнього вираження дітей і підлітків з поведінковими проблемами як засобу діагностики та терапії. — Нью-Йорк: Teachers College Press, 1973. — 219 с.

лійник І.В. Арт-терапія як одна з інноваційних психолого-педагогічних технологій у професійній діяльності соціальних працівників. Науковий часопис НПУ імені М.П Драгоманова. 2018. Вип. 61. С. 208 – 213

лійник, І. В. "Арт-терапія як ефективний екологічний інструмент соціальної роботи." *організаційний комітет* (2022): 152.

Полторак Л. Роль методів арт-терапії у професійній діяльності соціальних працівників. Витоки педагогічної майстерності. 2013. Вип. 11. С. 261–265.

.Панасюк І. В. Арт-терапія в роботі з дітьми: навчально-методичний посібник.

етрова, О. М. Психологічна корекція агресивної поведінки у дітей молодшого шкільного віку. — Харків, 2017.

ереда І.В., Збишко Є.А. Використання технології арт-терапії в корекційно-виховній роботі. Інноваційна педагогіка. Випуск 10. Т. 1, 2019. С. 63–66. к. — Тернопіль: Мандрівець, 2014. — 128 с.

меречак Л. О. Арт-терапія в роботі фахівців соціальної сфери. Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія. : Педагогічні науки. 2020. Вип. 1. С. 218 – 223

мирнов, А.А. Психологія дитини та підлітка / Смирнов А.А. Вибрані психологічні праці: У 2 т. - М: Педагогіка, 1987. -Т. 1., С. 2540

танішевська, В. І. (2022). Арт-терапія.

мирнова, І. В. Емоційний розвиток дитини: теорія і практика. — Львів,

ерлецька, Л. Г. Арт-терапія як метод дослідження творчого аспекту психічного здоров'я особистості /Л. Г. Терлецька // Психологічна газета. - 2006. - № 1. - С. 3-14

уденко Ю.Ю. Арт-терапія в соціальній роботі. Збірник матеріалів Всеукраїнської науковопрактичної Інтернет-конференції «Соціальна робота XXI століття в Україні: теорія та практика», [ЦДПУ ім. В. Винниченка]. 2018.

Ройз, С.А. Чарівна паличка для батьків [текст] / Ройз, С.А. - К.: Ніка-Центр, 2005.- 226с.

оджерс К. (1959). Психотерапія та людський потенціал. Нью-Йорк:

еркун, К. Є. (2022). Арт-терапія як засіб формування комунікативної компетентності молодших школярів.

уплецова, Л. Ю. (2018). Арт-терапія як спосіб позитивного психотерапевтичного впливу на дитину. Соціально-гуманітарний вісник,

уменюк В., Синюк Н. Особливості застосування арт-терапії в роботі соціального педагога з молодшими школярами які мають емоційні та поведінкові труднощі. Професійна підготовка фахівців соціальної сфери: надбання, проблеми, перспективи: Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції (м. Хмельницький, 22-23 травня 2025 року) Ред. колегія: Василенко О. та ін./ М-во освіти і науки України, Хмельницький нац. ун-т., каф. соц. роб. і соц. педагог. Хмельницький: ХНУ, 2025. С. 185-188.

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

МЕТОДИКА “МАЛЮНОК НАСТРОЮ”

Мета: діагностика емоційного стану, самопочуття та настрою дитини. Методика дає змогу виявити внутрішній емоційний фон, страхи, тривожність, радість та будь-які інші переживання, які можуть бути складними для вербалізації.

Обладнання: Аркуш паперу(формат А4); кольорові олівці або фломастери;

Хід роботи: психолог або педагог пояснює дітям, що їм пропонується намалювати свій настрій у будь-який зручний спосіб(у вигляді образу, фігур, тощо).

Під час малювання фахівець спостерігає за поведінкою дітей: які вони кольори обирають, наскільки впевнено зображує.

Після завершення роботи по бажанню можна поставити декілька запитань дитині:

- Що ти намалював(ла)?
- Які почуття хотів(ла) передати?
- Чому обрав(ла) саме ці кольори?

Дитину заохочують описати свій малюнок без критики або аналізу з боку спеціаліста.

Обробка результатів:

Кольори:

- яскраві, теплі кольори (жовтий, помаранчевий, рожевий) — позитивний настрій, радість, активність.
- темні, холодні кольори(синій, чорний, сірий)— сум, тривога, втома.

- надмірна кількість червоного може свідчити про збудження, агресію або напруженість.

Форма та розташування:

- великі, чіткі елементи — впевненість, відкритість
- дрібні, розрізнені деталі — невпевненість, тривожність.
- центральне розташування — гармонійний стан.
- малюнок у кутку — замкненість, пригніченість.

Натиск і лінії:

- м'які, плавні лінії — спокій та гармонія.
- Різкі, ламані, хаотичні лінії — внутрішня напруга та конфліктність.

ДОДАТОК Б

МЕТОДИКА «ЯКИЙ Я?» ЗА А.О. БІЛОБРИКІНОЮ

Мета: виявити емоційну спрямованість загальної самооцінки дитини. Кожній дитині пропонуються сім узагальнених характеристик, що відображають певний емоційний показник оцінки, з яких вона обирає одну:

- найкращий;
- гарний;
- такий самий, як усі діти;
- поганий;
- гірший за всіх;
- коли як: іноді буваю гарним, іноді — поганим;
- не знаю.

Для того щоб дитина обміркувала і запам'ятала оцінні характеристики, психолог повторює їх декілька разів у повільному темпі, з логічними паузами. Недоречно спрямовувати дитину на вивчення і повторення послідовності слів. Інструкція: «Зараз я назву тобі декілька слів, послухай їх уважно, обери одне слово, яке, на твою думку, найбільше стосується тебе».

Обробка та інтерпретація результатів.

Адекватною та соціально бажаною вважається позитивний знак загальної самооцінки. Можливою, але в той же час такою, що свідчить про недостатній розвиток Загадковий світ емоцій почуття самоцінності, визнається нейтральна самооцінка. Негативний емоційний показник свідчить про втрату дитиною почуття індивідуальної та соціальної самоцінності, а індіферентний — свідчить на його несформованість, відсутність або неадекватність системи ціннісних орієнтирів. Амбівалентний показник визначає відсутність адекватної для цього віку стійкості в розвитку загальної самооцінки і свідчить про неможливість соціокультурного самовизначення.

ДОДАТОК В

МЕТОДИКА «ОЦІНКА РОЗУМІННЯ ЕМОЦІЙ» І.М.БЕХ, Н.М.ГАВРИШ

Мета: дослідити рівень сформованості у дитини молодшого шкільного віку здатності до розпізнавання та вербалізації базових емоцій, що виникають у реальних чи уявних ситуаціях. Визначити особливості емоційної чутливості, емпатії та початкового емоційного інтелекту.

Хід роботи: дитині по черзі демонструються 6 зображень, після кожного зображення педагог ставить серію відкритих запитань. Дитина обирає піктограму, яка, на її думку, відповідає зображеній емоції, відповіді дитини фіксуються в бланк і аналіз проводиться за попередньо визначеними критеріями.

Інструкція:

Малюнок 1. Радість

На зображенні — дівчинка, яка отримала подарунок на день народження. Вона щиро усміхається, довкола — святкові атрибути.

Питання:

- Що сталося на цьому малюнку?
- Як почувається дівчинка?
- Як ти зрозумів, що вона радіє?
- Як би ти почувався на її місці?

Малюнок 2. Сум

На ілюстрації — хлопчик із поламаною іграшкою. Він сидить один і виглядає засмученим.

Питання:

- Як почуввається хлопчик?
- Чому він сумує?
- Що, на твою думку, сталося перед цим?
- Як би ти його втішив?

Малюнок 3. Гнів

Двоє дітей сваряться через іграшку. Один із них кричить, його обличчя виражає злість.

Питання:

- Чому одна з дітей сердита?
- Як ти зрозумів, що вона злиться?
- Що ти відчуваєш, коли злишся?
- Як можна помирити дітей?

Малюнок 4. Страх

Дитина стоїть перед темною кімнатою, в руці тримає ліхтарик, обличчя напружене.

Питання:

- Як почуввається ця дитина?
- Чому вона боїться?
- Що ти робиш, коли тобі страшно?
- Як можна допомогти їй?

Малюнок 5. Подив

Хлопчик відкриває коробку-сюрприз, звідки вилітає повітряний змій. Обличчя

хлопчика здивоване.

Питання:

- Як він почувається?
- Що його здивувало?
- Як ти поводишся, коли дивуєшся?
- Що тебе дивує останнім часом?

Малюнок 6. Сором (вина)

Дівчинка стоїть біля розбитої чашки, опустила голову, виглядає засоромленою.

Питання:

- Що могло статися?
- Як вона почувається?
- Чому їй соромно?
- Що б ти зробив у такій ситуації?

Інтерпретація та обробка результатів:

Високий рівень (6 правильних відповідей)

Цей рівень свідчить про добре сформовану емоційну сферу. Дитина не лише правильно розпізнає емоції інших, але й може пояснити причину емоційного стану персонажа, співвіднести його з контекстом ситуації, а також висловити власне ставлення та емпатійну реакцію. Такі діти зазвичай відкриті до емоційного спілкування, вміють будувати соціальні зв'язки, демонструють високий рівень емоційного інтелекту. Вони рідше демонструють агресивну або імпульсивну поведінку, здатні до співпереживання та моральної оцінки вчинків

Середній рівень (4–5 правильних або частково правильних відповідей)

Вказує на розвиток емоційної сфери в межах вікової норми. Дитина здатна розпізнавати основні емоційні стани, проте часом плутає причини почуттів або

не завжди може чітко їх пояснити. Можлива обмеженість у словниковому запасі для вираження емоцій або недостатній досвід обговорення власних почуттів. Такі діти часто мають потенціал для подальшого розвитку емоційного інтелекту, однак їм потрібна цілеспрямована підтримка для кращого розуміння складніших емоційних станів, таких як сором, вина, подив.

Низький рівень (менше 3 правильних відповідей, або поверхневі/неточні відповіді)

Такий рівень свідчить про недостатній розвиток емоційної сфери. Дитина має труднощі з розпізнаванням емоцій інших, їй складно встановити причинно-наслідковий зв'язок між ситуацією та емоцією, часто відсутнє вміння вербалізувати власні почуття. Можливі труднощі в комунікації, низька емпатія, схильність до замкнутості або імпульсивної поведінки. Причинами такого рівня можуть бути недостатній емоційний досвід, емоційна депривація, несформований навичок рефлексії, а також особистісні або сімейні фактори.

ДОДАТОК Г

КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА “КОЛЬОРИ МОГО СВІТУ”

План-конспект заняття №1

“Знайомство з програмою”

Мета заняття: створити теплу і безпечну атмосферу для роботи в групі, знизити тривожність дітей, допомогти їм краще пізнати себе та один одного. Розвинути початкові навички розпізнавання і вираження емоцій через творчі методики, що закладуть основу для подальшої корекційної роботи.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступне слово. (5 хвилин)

Зустріч розпочинається з короткого знайомства. Фахівець розповідає дітям про мету занять — навчитися краще розуміти свої почуття і керувати ними, щоб ставати впевненішими і щасливішими. Пояснює, що всі справи будуть цікавими і творчими, і що важливо поважати один одного та бути добрими.

Вправа «Моє ім'я»

Діти по черзі називають свої імена і додають один цікавий факт про себе, наприклад, улюблену гру або хобі. Після кожного ім'я ведучий заохочує інших учасників повторити його, щоб краще запам'ятати. Ця вправа допомагає встановити контакт у групі, підвищує почуття приналежності і залученість до спільної роботи.

Вправа «Моя емблема»

Далі дітям пропонується намалювати власну «емблему» — символ або зображення, яке для них щось означає (наприклад, улюблений колір, тварина,

предмет). Ведучий пояснює, що ця емблема може відображати їхній характер, мрії чи настрої. Під час малювання діти висловлюють свої емоції через творчість, а потім кожен розповідає групі про значення свого малюнка. Ця вправа сприяє розвитку самоусвідомлення і навичок вербалізації почуттів.

Вправа «Кольорові емоції»

Діти отримують набір кольорових олівців чи фарб і розповідають, які кольори вони асоціюють з різними емоціями (наприклад, червоний – гнів, синій – сум, жовтий – радість). Після цього кожен створює свій «емоційний малюнок», використовуючи кольори, які відображають його настрій на цей момент. Ведучий допомагає дітям розпізнати і проговорити свої почуття, що розвиває емоційну компетентність і словниковий запас.

Казка «Чарівні кольори»

Ведучий розповідає коротку казку про дитину, яка відкриває для себе чарівний світ кольорів, що допомагають розуміти різні емоції. Казка створює настрій, допомагає дітям асоціювати кольори з почуттями і налаштовує їх на відкритість і довіру у групі.

Руханка «Емоційні хвилі»

Для закріплення матеріалу і зняття напруги пропонується руханка, де діти повторюють рухи, що імітують хвилі різних емоцій: «радості», «здивування», «суму», «захоплення». Ведучий під музику допомагає дітям виразити свої емоції тілом, що зміцнює зв'язок між емоційним і фізичним станом.

Рефлексія

Наприкінці заняття ведучий пропонує дітям поділитися, що їм сподобалося, що було новим і цікавим. Діти можуть висловити свої враження як усно, так і через малюнок чи жест. Це допомагає закріпити почуття безпеки і позитивний досвід першої зустрічі.

План-конспект заняття №2

“Вивчення емоцій”

Мета заняття: розвинути у дітей здатність розпізнавати, усвідомлювати та адекватно виражати власні емоції, навчитися розуміти емоції інших, що сприяє зниженню внутрішнього напруження та агресивної поведінки.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина (10 хвилин):

Психолог або соціальний педагог коротко нагадує дітям про емоції, які вони почали вивчати на першому занятті. Пропонує обговорити, що таке емоції, для чого вони потрібні і як їх можна «бачити» або «відчувати». Ведучий пояснює, що сьогодні діти спробують краще розпізнавати свої почуття і навчаться показувати їх через творчі методи.

Вправа «Кольорові емоції» :

Дітям пропонується вибрати кольори, які, на їхню думку, відповідають різним емоціям: радість, сум, злість, страх, спокій. Кожна дитина малює свій «емоційний колірний круг» або картинку з домінуючими кольорами. Після малювання діти розповідають про вибрані кольори і емоції, які вони відчували останнім часом. Ведучий допомагає пояснити, що кожна емоція має право на існування і важливо її розуміти.

Вправа «Маски» :

Дітям роздають заготовки масок (паперові або картонні), які вони мають розмалювати, показуючи різні емоції – радість, гнів, здивування, страх. Після розфарбовування діти по черзі демонструють маски, пояснюючи, що вони хотіли показати. Потім кожен може спробувати вжитися у роль, що допомагає відчувати емоції тілом і обличчям. Це сприяє розвитку емпатії та розумінню, що емоції різні, але всі вони нормальні.

Вправа «Малюнок настрою»:

Діти отримують аркуші і фарби або кольорові олівці і малюють, як вони почуваються саме зараз. Ведучий стимулює дітей описати свої малюнки словами, допомагає знайти слова для опису настрою, акцентуючи увагу на відчутті в тілі, кольорах і формі. Це сприяє розвитку емоційної грамотності і навчання словесно виражати почуття.

Ігрова руханка :

Ведучий пропонує дітям разом виконати руханку, де рухи відповідають певним емоціям: радісні стрибки, сумні нахили, гнівні удари руками по колінах, здивовані рухи тощо. Діти вчаться відчувати та виражати емоції через тіло, що допомагає краще усвідомлювати і регулювати свої почуття.

Рефлексія:

Ведучий разом з дітьми обговорює, що вони дізналися про емоції, які вправи сподобалися найбільше, і нагадує, що всі емоції нормальні. Вказує на важливість розпізнавання і вираження почуттів для уникнення агресії і конфліктів.

План-конспект заняття №3

“Як я себе відчуваю”

Мета заняття: допомогти дітям усвідомити власні негативні емоції, навчитися приймати їх без страху чи сорому, знизити внутрішній стрес і агресію через творчі та психоемоційні практики.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина :

Психолог або педагог пояснює дітям, що почуття суму, розчарування,

злості — це нормальна частина життя, і важливо навчитися визнавати їх, а не ховати чи придушувати. Коротка бесіда про те, що негативні емоції можна «випустити» без шкоди для себе і оточуючих.

Вправа «Скриня того, що мене засмучує» :

Діти отримують аркуші і малюють «скриню» або коробку, в яку кладуть речі або образи, що символізують їхні сумні чи болючі почуття. Потім кожен розповідає, що він «поклав» у цю скриню, як це почуття виглядає і що викликає. Педагог допомагає прийняти ці почуття і пояснює, що їх можна «зберігати» у безпечному місці, не тримаючи в собі весь час.

Вправа «Вогонь гніву» :

Дітям пропонується уявити вогонь, який символізує їхній гнів. Вони малюють цей вогонь на аркушах, використовуючи яскраві кольори. Потім педагог пропонує кожному розповісти, що підпалює цей вогонь і як його можна загасити. Далі – спільне обговорення способів контролю гніву, наприклад, глибокі вдихи, відволікання, звернення по допомогу. Можна додати вправу на дихання або релаксацію (по типу «Дихання-розслаблення»).

Ігрова руханка:

Діти виконують рухи, що імітують випускання енергії: поштовхи руками вперед, повороти тулуба, стрибки. Ведучий заохочує дітей відчувати, як гнів поступово зникає. Це допомагає фізично «випустити» напругу, знизити агресивність.

Рефлексія:

Обговорення з дітьми важливості прийняття своїх почуттів і уміння контролювати гнів. Педагог наголошує, що кожен може знайти свої способи заспокоїтися і що це нормально — іноді відчувати важкі емоції. Звертається увага на те, що такі навички допоможуть у дружбі, школі та вдома.

План-конспект заняття №4

“Способи саморегуляції”

Мета заняття: навчити дітей ефективним технікам зниження стресу і тривожності, формувати навички контролю емоційного стану за допомогою творчих та дихальних вправ, що зменшать прояви агресії.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина (10 хвилин):

Педагог знайомить дітей із поняттям саморегуляції — вмінням керувати своїм емоційним станом, знижувати стрес і напругу. Розповідає, що кожен може навчитися заспокоюватися і відчувати себе краще навіть у складних ситуаціях.

Вправа «Безлюдний острів»:

Дітям пропонується уявити, що вони потрапили на безлюдний острів — безпечне і спокійне місце, де можна відпочити від неприємних почуттів. Ведучий допомагає провести їх через уявну подорож: описати, що вони бачать, чують, відчувають, які запахи та кольори оточують острів. Після цього діти малюють свій острів, деталізуючи свої відчуття.

Дихальна вправа «Дихання-розслаблення»:

Педагог навчає дітей простій техніці дихання для зниження напруги: повільний глибокий вдих через ніс, затримка дихання на кілька секунд, повільний видих через рот. Діти повторюють разом кілька циклів, відчувають, як тіло розслабляється. Вправу можна виконувати сидячи або лежачи, за бажанням.

Ігрова руханка:

Діти імітують рухи хвиль руками, повільно піднімаючи і опускаючи руки, уявляючи, що хвилі змивають напругу і тривогу. Рухи плавні і спокійні, це допомагає переключити увагу з негативних думок на відчуття тіла.

Рефлексія:

Обговорення з дітьми, як вправи допомогли їм почуватися під час заняття. Педагог акцентує увагу на важливості регулярної практики дихальних вправ і уявних подорожей для збереження емоційної рівноваги. Пояснює, що ці навички корисно застосовувати вдома та в школі.

План-конспект заняття №5***“Мої ресурси і сильні сторони”***

Мета заняття: розвивати у дітей позитивний образ себе, підвищувати самооцінку, сприяти усвідомленню власних сильних сторін і ресурсів для подолання труднощів. Формувати навички підтримки однолітків, що покращить адаптацію в колективі і знизить ризики агресивної поведінки.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина (10 хвилин):

Педагог починає із бесіди про те, що у кожного є свої унікальні якості, сильні сторони і ресурси, які допомагають долати складнощі. Діти заохочуються поділитися тим, що вони вважають своїми найкращими рисами або вміннями.

Вправа «Квітка добрих рис» :

Кожна дитина отримує малюнок квітки з порожніми пелюстками. Педагог пропонує подумати і написати (або намалювати) на кожній пелюстці одну свою добру рису або сильну сторону — наприклад, доброту, дружелюбність, терплячість, кмітливість, сміливість тощо. Після цього діти діляться своїми «квітами» з групою, отримують позитивний відгук від однолітків і педагога.

Групова гра «Підтримка друга»:

У колі діти по черзі говорять позитивне, підтримуюче слово або фразу на

адресу сусіда праворуч. Це допомагає зміцнити соціальні зв'язки, розвиває емпатію та навички підтримки.

Ігрова руханка :

Діти утворюють коло, беруться за руки, уявляють, що кожен — промінь сонця, і передають «енергію» по колу, рухаючись в такт легкій музики. Це розвиває відчуття єдності та командного духу.

Рефлексія:

Обговорення вражень від вправ, підкреслення важливості цінувати себе і підтримувати друзів. Педагог закликає дітей пам'ятати свої сильні сторони в складних ситуаціях і використовувати їх як ресурс для подолання труднощів.

План-конспект заняття №6

“Мій настрій – мої кольори”

Мета заняття: розширити емоційний словник дітей, допомогти їм краще усвідомлювати власний настрій та вчитися знаходити способи саморегуляції через творчі ігри та розповіді. Сприяти розвитку навичок переключення з негативних емоцій на позитивні, що є важливим для зниження імпульсивності і агресивної поведінки.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина (10 хвилин):

Педагог починає з короткої бесіди: «Які бувають настрої? Які кольори асоціюються з радістю, сумом, гнівом, спокоєм?» Діти розповідають про свої відчуття та зв'язок емоцій із кольорами.

Вправа «Кольорові емоції» :

Дітям роздають аркуші з малюнками або заготовками (наприклад, силуети

людей чи абстрактні форми). Завдання — за допомогою кольорів передати свій нинішній настрій. Після малювання педагог пропонує кожному пояснити вибір кольорів і емоцій, які вони зображували.

Казка «Загублені кольори»:

Педагог розповідає казку про те, як у країні емоцій загубились кольори, і герої казки шукають їх, щоб знову відчувати різноманіття настроїв. Після казки діти обговорюють, як важливо помічати свої емоції і давати їм вихід.

Вправа «Заспокійливі історії» :

Педагог пропонує послухати короткі розслаблюючі історії чи вправи на уяву (наприклад, уявити, що ти на морському березі, відчуваєш теплий пісок і легкий вітер). Це допомагає дітям знизити рівень стресу.

Ігрова руханка:

Діти танцюють або рухаються під музику, що змінює настрій і колір (наприклад, весела, повільна, спокійна). Педагог заохочує відчувати, як змінюється настрій із рухом.

Рефлексія :

Обговорення, чому важливо розпізнавати свої емоції, як кольори допомагають їх висловлювати і регулювати. Педагог наголошує, що емоції — це природно і кожен може навчитися керувати своїм настроєм.

План-конспект заняття №7

“Я можу змінюватись”

Мета заняття: підвищити усвідомлення дітей про власну здатність до змін у поведінці, формувати навички відповідального ставлення до своїх вчинків, навчити конструктивно розв’язувати конфлікти і зменшувати прояви агресії.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина (10 хвилин):

Педагог розпочинає з бесіди про те, що всі люди можуть змінюватися і вчитися новому. Запитує дітей, чи бували ситуації, коли вони робили помилки і хотіли їх виправити.

Вправа «Маски»:

Дітям пропонують створити маски з паперу або картону, які символізують різні настрої чи ролі, які вони можуть приймати. Потім кожен по черзі розповідає, що означає його маска, і як він може змінюватися, знімаючи її або одягаючи іншу.

Казка «Проблеми і рішення» :

Педагог розповідає історію про дитину, яка стикнулася з проблемою і знайшла кілька способів її розв'язання. Діти обговорюють, як можна діяти у схожих ситуаціях, щоб уникнути конфліктів.

Вправа «Проблеми і рішення» :

Діти отримують прості ситуації (ситуаційні картки) з можливими проблемами (наприклад, суперечка з другом, роздратування). Завдання — запропонувати можливі рішення та програти їх у ролях. Педагог допомагає сформулювати варіанти мирного виходу з конфлікту.

Ігрова руханка:

Діти рухаються по кімнаті, виконуючи різні завдання (наприклад, перейти з одного боку кімнати на інший, змінюючи манеру ходьби). Це символізує зміни і допомагає розслабитись.

Рефлексія:

Обговорення, чому важливо вірити у свої сили змінюватися, як це допомагає бути щасливішим і дружелюбнішим. Педагог підкреслює, що зміни починаються з усвідомлення і бажання, а підтримка друзів і родини дуже важлива.

План-конспект заняття №8

“Підбиття підсумків”

Мета заняття: закріпити навички розпізнавання, вираження та регулювання емоцій, оцінити прогрес у роботі над собою, підвищити мотивацію до подальшого саморозвитку та адаптації у колективі.

Тривалість: 60 хвилин.

Кількість учасників: 10.

Вікова категорія: 6-10 років.

Хід заняття:

Вступна частина (10 хвилин):

Педагог нагадує дітям про всі попередні заняття, їх основні теми та важливість роботи над собою. Запитує, що найбільше сподобалося і що було найскладнішим.

Вправа «Моя емблема» :

Діти малюють свою особисту емблему — символ, який відображає їхні найкращі якості, успіхи і те, що вони хотіли б розвивати далі. Після цього кожен розповідає про свій малюнок, що допомагає сформувати позитивний образ себе.

Вправа «Колесо емоцій» :

Педагог пропонує дітям намалювати або обрати кольори для відображення свого емоційного стану зараз. Обговорюють, які емоції були найбільш частими під час курсу, як вони змінювалися, що допомагало їх регулювати.

Казка «Карта бажань»:

Розповідь казки, у якій герой мріє про зміни та вчиться планувати свої дії. Після казки діти малюють власну «Карту бажань» — що вони хочуть покращити у собі і своєму житті.

Ігрова руханка «Світлофор емоцій»:

Діти грають у гру, де на зелене світло вони висловлюють радість, на жовте — розповідають про переживання, а на червоне — розповідають, як

заспокоюються. Це допомагає усвідомлювати й контролювати емоції.

Підсумкове коло:

Кожен висловлює, що він виніс із програми, які нові навички отримав, і як планує їх використовувати у повсякденному житті. Педагог підкреслює важливість підтримки один одного і продовження саморозвитку.