МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
Факультет фізичної культури, спорту та психології
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «Магістр»

на тему «**Корекція емоційного стану дитини дошкільного віку засобами арттерапії в умовах війни»**

Виконала: здобувачка вищої освіти
групи М314-ф
Спеціальності 053 Психологія
ОП Психологія. Практична психологія
Сайтарли Наталія Анатоліївна

Керівник: канд. психол. наук,
доцент кафедри психології
Шевченко С.В.

Рецензент: психолог-методист
КЗ «Опорний заклад освіти
Малоданилівський ліцей»
Харківської області
Пономаренко О.М.

Запоріжжя – 2025 року

АНОТАЦІЯ

Сайтарли Н.А. Корекція емоційного стану дитини дошкільного віку засобами арттерапії в умовах війни

У дипломній роботі теоретично досліджено та експериментально виявлено особливості емоційного стану дітей дошкільного віку в умовах війни та ефективність застосування арт-терапевтичних методів для корекції тривожності, агресивності та страхів. Проаналізовано роботи вітчизняних і зарубіжних вчених щодо емоційного розвитку дітей, а також методів арт-терапії як інструменту психологічної допомоги. На основі емпіричного дослідження розроблено авторську корекційну програму із застосуванням арт-терапевтичних методів, що включає 15 занять і спрямована на зменшення тривожності, страхів та агресивності, розвиток емоційної регуляції та відчуття безпеки у дітей дошкільного віку.

Експериментально встановлено, що проведені інтервенції з авторської корекційної програми сприяють зменшенню проявів тривожності та агресії, зниженню страхів, підвищенню відкритості у спілкуванні та розвитку позитивних соціальних навичок у дітей. Результати кваліфікаційної роботи підтверджують практичну цінність арт-терапії як ефективного методу психокорекції для дошкільників, що перебувають в умовах воєнного стресу.

Ключові слова: арт-терапія, емоційний стан, тривожність, агресивність, страх, корекція, дошкільний вік, війна, діти дошкільного віку.

SUMMARY

Saitarly N.A. Correction of the emotional state of preschool children using art therapy in wartime

This thesis theoretically investigates and experimentally identifies the characteristics of the emotional state of preschool children in wartime and the effectiveness of art therapy methods for correcting anxiety, aggression, and fears. The works of domestic and foreign scientists on the emotional development of children, as well as art therapy methods as a tool for psychological assistance, are analyzed. Based on empirical research, the author has developed a corrective program using art therapy methods, which includes 15 sessions and is aimed at reducing anxiety, fears, and aggression, developing emotional regulation and a sense of security in preschool children.

It has been experimentally established that interventions carried out using the author's correctional program contribute to a reduction in manifestations of anxiety and aggression, a decrease in fears, an increase in openness in communication, and the development of positive social skills in children. The results of the qualification work confirm the practical value of art therapy as an effective method of psychocorrection for preschoolers living in conditions of war stress.

Key words: art therapy, emotional state, anxiety, aggression, fear, correction, preschool age, war, preschool children.

РЕФЕРАТ

до кваліфікаційної роботи на тему:

«Корекція емоційного стану дитини дошкільного віку засобами арттерапії в умовах війни»

здобувачки вищої освіти спеціальності 053 Психологія Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького

Сайтарли Наталії Анатоліївни

Науковий керівник – канд. психол. наук, доцент кафедри психології Шевченко Світлана Віталіївна

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Робота включає вступ, три розділи, сім підрозділів, висновки, список використаних джерел, що налічує 111 найменувань, а також 17 додатків. Загальний обсяг тексту кваліфікаційної роботи становить 94 сторінки (без урахування додатків та списку використаних джерел). Робота включає 5 таблиць та 11 рисунків.

Актуальність дослідження. Тривала війна в Україні має руйнівний вплив на психіку населення країни. Проте найбільш травматичний її вплив спостерігається на недостатньо сформовану психіку дітей дошкільного віку. Військові конфлікти та стресові ситуації погіршують психічний та емоційний стан дітей, впливають на когнітивний розвиток, спричиняючи тривожність, агресивні реакції та страхи.

Хоча психіка дитини здатна адаптуватися до нових умов, проте постійне повторення психогенних ситуацій може призвести до порушень розвитку та формування невротичних станів. Діти під постійним стресом через війну часто не усвідомлюють власні емоції, що зумовлює необхідність психологічної підтримки, спрямованої на розуміння та опрацювання їхніх переживань.

Особливо це актуально для дошкільників, які ще не здатні вербально висловлювати переживання через недостатньо розвинений емоційний інтелект та обмежений словниковий запас. Тому важливим є проведення вчасної

діагностики емоційних станів дітей з подальшою психокорекційною роботою, спрямованою на виявлення та подолання чинників, що негативно впливають на розвиток.

Одним із ефективних методів корекції емоційних станів дітей цього віку є арт-терапія. Використання різноманітних арт-терапевтичних технік дозволяє дітям інтегрувати травматичний досвід у безпечному середовищі, знімати емоційну напругу, зменшувати тривожність і відновлювати відчуття безпеки.

Незважаючи на наявні наукові напрацювання, питання корекції емоційних станів дошкільників із застосуванням творчих методів залишається актуальним і потребує подальших досліджень.

Проблематика роботи полягає у необхідності теоретичного обґрунтування та експериментальної перевірки ефективності арт-терапевтичних методів для корекції таких емоційних станів, як тривожність, агресивність та страхи у дітей дошкільного віку, які перебувають в умовах війни.

Об'єкт дослідження - емоційний стан дітей дошкільного віку в умовах війни.

Предмет дослідження – застосування засобів арт-терапії у роботі з дітьми дошкільного віку для корекції їх емоційного стану.

Мета дослідження – теоретично та емпірично вивчити ефективність арт-терапії як методу корекції емоційного стану дітей дошкільного віку в умовах війни.

Завданнями дослідження нами визначено наступне:

1. Здійснити теоретичний аналіз ключових та базових понять, пов’язаних з емоційним розвитком дітей, емоційним станом дітей дошкільного віку і арт-терапією.

2. Підібрати та обґрунтувати методики, здійснити комплексну діагностику рівня емоційного стану дошкільнят (тривожності, агресивності, страхів).

3. Розробити, апробувати та експериментально перевірити ефективність розробленої авторської програми для корекції емоційного стану з використанням арт-терапевтичних методів для дошкільників в умовах війни.

В ході роботи застосовувалися такі ***методи психологічного дослідження:*** теоретичні (аналіз, порівняння та систематизація наукових джерел, теоретико-методологічний аналіз, порівняння наукових підходів до проблеми, узагальнення теоретичних відомостей про арт-терапію та емоційні стани дітей дошкільного віку, а також формування висновків); емпіричні (бесіди з дітьми, спостереження за поведінкою дітей дошкільного віку, а також опитування, проведення експериментів та аналіз продуктів творчої діяльності); математико-статистичні та інтерпретаційні методи опрацювання отриманих даних та результатів дослідження. Були використані ряд психодіагностичних методик, зокрема: для діагностики рівня тривожності - тест тривожності «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен); для визначення рівня агресивності - методика «Руки» Е. Вагнера; для виявлення страхів - Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх»; для діагностики емоційного стану - проективна методика «Неіснуюча тварина».

Експериментальна база дослідження: Заклад дошкільної освіти (ясла-садок) № 580 «Ольвія» комбінованого типу Оболонського району м. Києва. Загальна вибірка - 30 респондентів (14 дівчат та 16 хлопців).

За результатами теоретико-експериментального дослідження були зроблені наступні **висновки:**

1. Розділ 1 присвячений теоретичним аспектам емоційного розвитку дітей дошкільного віку, впливу війни на їхній емоційний стан та можливостей його корекції засобами арт-терапії в умовах війни. Дошкільний період є критичним для формування емоційної сфери, що тісно взаємопов’язана з когнітивним та соціальним розвитком дитини.

2. В умовах війни дошкільники зазнають значних змін емоційного стану через втрату відчуття безпеки, психотравмуючі події, поведінку дорослих та хронічний стрес. Найбільш поширені прояви: тривожність, страх, агресивність, емоційне збудження або апатія, замкнутість, порушення сну, нічні жахи, регресивна поведінка та соматичні реакції. Страх як домінуюча емоція може мати як адаптивну, так і деструктивну роль, особливо за умов постійної небезпеки. Військові події, звуки вибухів, повітряні тривоги, травматичний

досвід та навіть поведінка дорослих формують підґрунтя для розвитку гострих стресових реакцій. Діти виражають переживання через гру, малюнки та поведінку, оскільки не завжди здатні вербалізувати власні емоції.

3. Арт-терапія є ефективним методом психологічної допомоги дошкільникам, оскільки дозволяє виражати емоції через творчість. Арт-терапія створює безпечний простір для опрацювання страхів, тривожності та травматичного досвіду через різні техніки. Метод виконує корекційну, діагностичну та розвивальну функції та допомагає дітям відновлювати відчуття безпеки та адаптуватися до стресових подій.

4. Розділ 2 присвячений вибору методик для проведення діагностики. Дослідження проводилося у три етапи: первинна діагностика зі всіма дітьми, формування експериментальної та контрольної груп (по 15 дітей), впровадження арт-терапевтичної програми та повторна діагностика.

5. Під час проведення первинної діагностики було виявлено високий рівень тривожності, страхів та агресивності (явної та прихованої) у більшості дітей. Малюнки та відповіді відображали внутрішні переживання, потребу у захищеності та стресові реакції. Загалом, отримані дані підкреслили необхідність проведення психокорекційної роботи та використання арт-терапевтичних технік для підтримки емоційного стану дошкільнят.

6. Для корекції тривожних та агресивних проявів, а також зниження кількості страхів була розроблена спеціальна авторська корекційна арт-терапевтична програма для дітей дошкільного віку, що охоплює 15 занять по 45 хвилин кожне. Метою розробленої корекційної програми було зменшення проявів тривожності, страхів та агресивності у дітей засобами арт-терапевтичних технік. Програма мала на меті розвиток емоційної регуляції, вираження внутрішніх переживань через творчість, зняття психоемоційного напруження та формування відчуття безпеки у дітей.

7. Після впровадження корекційної програми проведена повторна діагностика виявила позитивні зміни в емоційному стані дітей саме в експериментальній групі. Це підтвердило гіпотезу, що використання арт-

терапевтичних методів сприяє поліпшенню емоційного стану дошкільників в умовах війни та те, що терапія творчістю є ефективною для зменшення проявів агресії, тривожності та страхів у дошкільників.

8. Проведене експериментальне дослідження показало, що арт-терапевтична програма позитивно вплинула на дітей. Вони стали спокійнішими, з'явилася більша відкритість у спілкуванні, підвищився рівень довіри до дорослих, знизилася кількість проявів агресії та тривожності, зменшився прояв дитячих страхів. Після участі у програмі діти частіше демонстрували самовпевненість і водночас підвищили здатність до саморегуляції.

9. Діти з експериментальної групи за умови продовження роботи за корекційною програмою матимуть тенденцію до стабілізації емоційного стану, зменшення тривожності та агресії, розвитку позитивних соціальних навичок і зменшення страхів.

10. У науковому аспекті дослідження підтвердило, що арт-терапія може розглядатися як один з найефективніших методів психологічної допомоги саме дошкільникам у кризових умовах, зокрема під час війни. Отримані результати мають практичну цінність, оскільки розроблену авторську корекційну програму можна адаптувати і використовувати як у закладах дошкільної освіти, так і в роботі практичних психологів, соціальних педагогів, а також у домашніх умовах за участю батьків. Це дозволяє охопити ширше коло дітей і забезпечити безперервність психоемоційної підтримки.

11. Слід зазначити, що психологічна реабілітація дітей, які пережили травму війни, є складним і тривалим процесом, що потребує комплексного підходу. Арт-терапія не є універсальним та єдиним засобом, але може ефективно поєднуватися з іншими психокорекційними методиками. Важливим також є робота не лише з дітьми, а й з їхнім найближчим оточенням. Тільки спільними зусиллями дорослих можливо створити умови, у яких дитина почуватиметься більш захищеною, а процес відновлення її психіки буде більш ефективним.

Перспективами подальших досліджень можуть стати впровадження інноваційних технік арт-терапії (музикотерапія, драматерапія, маскотерапія,

фелтінг і т.д.) в роботу з дітьми, а також дослідження впливу арт-терапевтичних програм на інші аспекти розвитку дітей (когнітивний, мовленнєвий, соціальний). Актуальним в майбутньому також є вивчення можливостей інтеграції арт-терапії у сімейне виховання, що дозволить батькам стати активними учасниками психологічного відновлення своїх дітей. Актуальним вектором майбутніх досліджень також є дослідження впливу арт-терапії на когнітивний, мовленнєвий та соціальний розвиток дітей.

Рік виконання дипломної роботи - 2025 р.

Місце виконання - Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, кафедра психології

ЗМІСТ

ВСТУП……...… 3

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ…… 9

1.1. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку…… 9

1.2. Вплив війни на емоційні стани дітей дошкільного віку…….. 16

1.3. Теоретичні основи арттерапії у психологічній корекції дітей… 26

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ…… 42

2.1. Організація та методи дослідження…….. 42

2.2. Діагностика емоційного стану дітей дошкільного віку…… 56

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ……..... 68

3.1. Розробка та впровадження арттерапевтичної програми……..… 68

3.2. Аналіз ефективності арттерапевтичної програми у корекції емоційного стану дітей дошкільного віку…….…… 79

ВИСНОВКИ…….. 93

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……. 96

ДОДАТКИ……..... 111

ВСТУП

Тривала війна в Україні має глибокий та руйнівний вплив на все населення країни без винятку. Проте найбільш травматичний її вплив спостерігається на ще недостатньо сформовану психіку дітей. Навіть за відсутності прямого контакту з травматичними подіями, діти можуть переживати їх опосередковано, оскільки перебувають в постійній небезпеці, зокрема коли чують звуки повітряної тривоги. Перебування в такому середовищі робить дітей особливо вразливими до впливу травматичних подій. Військові конфлікти та стресові ситуації погіршують не лише психічний та емоційний стан, а й когнітивний розвиток маленьких дітей, спричиняючи тривожність, агресивні реакції, страхи та інші розлади та стани.

Наукові дослідження, які були проведені як за кордоном, так і в Україні, підтверджують руйнівний вплив війни на психічні та емоційні стани дітей. Хоча дитяча психіка є лабільною та здатна швидко адаптуватися до нових стресових умов сьогодення, проте часте повторення психогенних ситуацій, особливо в умовах війни, може призвести до психічних порушень у розвитку та сприяти невротичним розладам. Діти, які перебувають під постійним стресом через війну в Україні, часто не можуть усвідомити, які емоції вони переживають і внаслідок цього замикаються в собі. Тому дітям дошкільного віку, як нікому, потрібна допомога в розумінні та проживанні своїх емоцій, подоланні негативних стресових та тривожних станів. Однак через недостатньо розвинений емоційний інтелект та недостатній словниковий запас вони часто не здатні вербально виразити свої переживання [82].

Тому важливим є проведення вчасної діагностики емоційних станів дітей з подальшою психокорекційною роботою, спрямованою на виявлення та подолання факторів, що сприяють формуванню таких станів у дошкільників.

Одним із ефективних методів та форм роботи з дітьми цього віку є арт-терапія, яка є досить потужним засобом корекції різних емоційних порушень у дітей. Саме завдяки арт-терапевтичним технікам, таким як малювання,

казкотерапія, музикотерапія, глинотерапія, мандалотерапія та інші, діти отримують можливість інтегрувати травматичний досвід у безпечному просторі через художню діяльність та знімати емоційну напругу.

Дійсно, арт-терапія набуває все більшого визнання як важливий метод психокорекції та діагностики, особливо в умовах війни. Вона є особливо корисною для дітей, оскільки допомагає їм не лише виражати свої емоції та переживання, але й знаходити шляхи для зцілення через творчість без ризику ретравматизації.

Використання арт-терапії як методу корекції психоемоційного стану дітей є особливо актуальним, оскільки в умовах війни діти переживають значні стреси, що вимагає від них великих ресурсів для адаптації. Арт-терапія надає можливість через творчість зменшити рівень тривожності, допомогти дітям знову відчути себе в безпеці і налаштувати емоційну сферу.

Наразі недостатньо уваги приділяється питанням психологічного здоров'я дітей, особливо в період війни, тому що їхня емоційна сфера не може витримати високий ступінь напруження та небезпеки.

Незважаючи на значну кількість наукових досліджень, що висвітлюють проблему негативних психічних станів та пошук методів психокорекції для стабілізації психічного стану дітей, ця проблема залишається недостатньо вивченою.

Важливий внесок у розвиток та дослідження арт-терапії є праці таких вчених, як Д. Воллер, В. Ловенфельд, Т. Пасто, Х. Р. Цурфлю, Л. Волкової, Л. Найдьонової, О. Вознесенської. Важливий внесок у розвиток арт-терапії, як особливої наукової дисципліни, внесли: Е. Крамер, М. Наумбург, Я. Квітковська, Дж. Райн, Дж. Аллан, М. Бетенскі, С. Вільтшіре, Д. Вуд, Р. Гудман, Т. Делі, К. Еванс, Н. Калька, З. Ковальчук, О. Львов, В. Назаревич, Л. Маркус, Г. Одинцова, Л. Пардоу, Л. Підлипна, О. Постальчук, Д. Пейслі, Л. Селфі та ін. [82].

Питання стосовно використання арт-терапії в психокорекційній та освітній діяльності активно висвітлювали такі дослідники, як А. Копитіна, О. Кузьміна, Л. Лебедєва, Л. Мова, О. Скнар, В. Драганчук, Е. Медведєва, О. Федій.

Серед вітчизняних та українських науковців і психологів у дослідження емоційного розвитку дітей в мирний та військовий час зробили вагомий внесок: В. Вілюнас, М. Міщенко, О. Запорожець, С. Максименко, С. Костюк, С. Кулачківська. Наступні психологи вивчали емоційну сферу саме у дошкільників: І. Лебець, Л. Божович, Л. Іщенко, Н. Карпенко, О. Костюк, С. Кулачківська, В. Левченко, Е. Еріксон, І. Бех, С. Лесінскієне, О. Луценко, Ю. Мельник, М. Дроздова, О. Кононко, Н. Романова, Н. Фисина, І. В. Хавіна, Н. Кравчук. Дослідженням тривожності у дошкільників займались Елісон Цвікер, Рудольф Ухер, Емілі Хоуз Волліс, Барбара Павлова.

Психоемоційний стан був об'єктом уваги численних науковців, серед яких: А. Брушлинський, В. Зінченко, К. Ізард, В. Логінова, В. Мухіна, А. Петровський, Н. Трофаїла, П. Саморукова, та інші.

Серед українських науковців дослідженням корекції страхів у дошкільнят засобами арт-терапії займалася Н. Бочаріна.

Варто підкреслити, що, попри наявність певних наукових напрацювань у сфері використання арт-терапії, питання корекції емоційних станів дітей дошкільного віку й надалі зберігає свою актуальність.

Основне завдання арт-терапії - це не створення гарного твору мистецтва, а процес реабілітації через творчість. Це ефективний метод психокорекції, спрямований на перенесення внутрішніх переживань на зовнішній матеріал, що дає змогу дитині виразити свої емоції і почуття [82].

Об'єктом дослідження є емоційний стан дітей дошкільного віку в умовах війни.

Предметом дослідження є застосування засобів арт-терапії у роботі з дітьми дошкільного віку для корекції їх емоційного стану.

Мета дослідження полягає у вивченні ефективності арт-терапії як методу корекції емоційного стану дітей дошкільного віку в умовах війни, що ґрунтується на теоретичних підходах та емпіричному дослідженні.

Гіпотези дослідження:

- використання арт-терапевтичних методів сприяє поліпшенню емоційного стану дошкільників в умовах війни;
- терапія творчістю є ефективною для зменшення проявів агресії, тривожності та страхів у дошкільників.

Відповідно до сформульованої мети були визначені наступні **завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз ключових та базових понять, пов'язаних з емоційним розвитком дітей, емоційним станом дітей дошкільного віку і арт-терапією.
2. Підібрати та обґрунтувати методики, здійснити комплексну діагностику рівня емоційного стану дошкільнят (тривожності, агресивності, страхів).
3. Розробити, апробувати та експериментально перевірити ефективність розробленої авторської програми для корекції емоційного стану з використанням арт-терапевтичних методів для дошкільників в умовах війни.

Методи дослідження. Згідно з поставленою метою та визначеними завданнями при проведенні дослідження з дошкільниками були застосовані наступні методи:

- теоретичні (аналіз, порівняння та систематизація наукових джерел, теоретико-методологічний аналіз, порівняння наукових підходів до проблеми, узагальнення теоретичних відомостей про арт-терапію та емоційні стани дітей дошкільного віку, а також формування висновків);
- емпіричні (бесіди з дітьми, спостереження за поведінкою дітей дошкільного віку, а також опитування, проведення експериментів та аналіз продуктів творчої діяльності). Для діагностики рівня тривожності проводився тест тривожності «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен). Для визначення рівня агресивності застосовувалась методика «Руки» Е. Вагнера. Для виявлення страхів проводилась Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх». Для діагностики емоційного стану застосовувалась проективна методика «Неіснуюча тварина»;

- математико-статистичні та інтерпретаційні методи опрацювання отриманих даних та результатів дослідження.

Експериментальною базою дослідження став Заклад дошкільної освіти (ясла-садок) № 580 «Ольвія» комбінованого типу Оболонського району м. Києва. Загальна вибірка склала 30 респондентів: 14 дівчат та 16 хлопців з груп «Волошки», «Соняшник» та «Дзвіночок».

Наукова новизна дослідження виявляється у поглибленні наявних уявлень стосовно використання арт-терапії для корекції емоційних станів, таких як тривожність, агресія та страхи у дошкільників. Вона пропонує нові підходи до корекції емоційних розладів у дітей в умовах воєнного часу, що є актуальним для сучасних психологічних практик. Також, була розроблена авторська Корекційна програма для стабілізації емоційного стану, зниження рівня тривожності, агресивності та страхів дітей старшого дошкільного віку «Арт-терапія емоційного стану». Програму зареєстровано як об’єкт авторського права (Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 138474 від 04.08.2025 року).

Теоретичне значення дослідження виявляється у розширенні наукових уявлень про емоційні стани дошкільників в умовах воєнного часу. Отримані результати роботи сприяють глибшому розумінню того, як війна впливає на емоційний розвиток дітей та визначають важливість своєчасного коригування цих станів для забезпечення психоемоційного здоров’я дітей дошкільного віку.

Практичне значення дослідження полягає у розробці авторської корекційної програми з використанням засобів арт-терапії, спрямованої на покращення емоційного стану дітей дошкільного віку. А самі результати дослідження та розроблена арт-терапевтична корекційна програма можуть бути використані на практиці вихователями дошкільних навчальних закладів, психологами у психологічному консультуванні, а також у підготовці та підвищенні кваліфікації педагогів та психологів. Отримані результати та дані дослідження можуть стати базою для створення різноманітних програм психоемоційної підтримки дітей у складних та кризових ситуаціях.

Апробація. Основні положення, а також наші узагальненні висновки дослідження були представлені в рамках наступних конференцій, а також опубліковані у вигляді тез доповідей:

1. III Міжнародна науково-практична конференція «Березневий науковий дискурс 2025 на тему: «Синергія освіти, науки та бізнесу в епоху глобальних трансформацій» (опубліковані тези доповіді «Діагностика емоційного стану дітей дошкільного віку» (збірник проіндексований у Google Scholar).
2. XI Регіональна науково-практична конференція «Людина і світ» (опубліковані тези доповіді «Корекція емоційного стану дитини дошкільного віку засобами арт-терапії в умовах війни»).
3. Міжнародна науково-практична інтернет-конференція «Психологічна наука і практика: Сучасні виклики та допомога особистості у кризових умовах» (опубліковані тези доповіді «Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку»).

Структура та обсяг кваліфікаційної роботи. Робота включає вступ, три розділи, сім підрозділів, висновки, список використаних джерел, що налічує 111 найменувань, а також 17 додатків. Загальний обсяг тексту кваліфікаційної роботи становить 94 сторінки (без урахування додатків та списку використаних джерел). Робота включає 5 таблиць та 11 рисунків.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ В УМОВАХ ВІЙНИ

1.1. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку

У сучасних умовах емоційний розвиток дошкільників є важливим як для глибшого теоретичного осмислення, так і для ефективної практичної діяльності психологів.

У сучасній науковій літературі дедалі більше підкреслюється значущість раннього віку у формуванні гармонійної, зрілої особистості. Пріоритетним стає не просто виховання, а всебічний розвиток дитини, що охоплює різні аспекти її становлення. Особливої уваги заслуговує саме дошкільний період, оскільки саме в цей час формуються фундаментальні засади фізичного, соціального, духовного, інтелектуального та емоційного розвитку дитини.

Люди сприймають та взаємодіють з навколишнім світом через три ключові сфери: фізичну (вчинки та дії), емоційну (почуття та бажання) та когнітивну (мислення та судження) [94].

І саме дошкільний вік характеризується активним пізнанням навколишнього світу та значними змінами у всіх психічних сферах (когнітивній, емоційній та вольовій), що знаходять відображення у різноманітних видах діяльності. Саме в дошкільному віці важливо створювати умови для цілеспрямованого розвитку емоційної сфери [78].

Історично питання природи емоцій розглядали численні вчені та філософи. Зокрема, Демокрит та Епікур розглядали емоції як реакції, що виникають у взаємодії з об’єктами зовнішнього світу та є рушійною силою поведінки людини. На противагу цьому, Платон підкреслював важливу роль розуму у контролі над емоціями. Чарльз Дарвін розглядав емоції як інстинктивні реакції, пов’язані з афектами, які допомагають людині пристосовуватися до навколишнього середовища. Сучасна психологія поєднує ці підходи, визначаючи емоції як

психофізіологічний процес, що виникає під впливом як внутрішніх потреб, так і соціального контексту. Емоції відображають ступінь задоволення або незадоволення цих потреб і відіграють важливу роль у саморегуляції поведінки дитини [95].

За визначенням С. Тафінцевої, емоція є загальною активною формою переживання власних процесів життєдіяльності [89].

Варто зазначити, що базові емоції, які зазвичай виділяють у психології, включають наступні: радість, здивування, страх, гнів, сум, почуття відрази та огиду. У процесі розвитку дитини спектр і складність емоційних переживань зростає. Проте для дошкільників властивий обмежений словниковий запас для висловлення власних емоцій. Саме тому невербальні засоби та тілесні прояви, такі як міміка, жести та поведінка стають головним засобом розуміння їх внутрішнього стану дорослими.

Емоційний розвиток дитини розпочинається від народження і триває протягом усього життя та пов'язаний з формуванням у дитини відчуття власного «Я», тобто, як вона себе сприймає. Таким чином, формування самооцінки та образу себе є важливими складовими розвитку емоційної сфери [89].

Варто зазначити, що сучасна система освіти фокусується переважно на розвитку інтелектуальної сфери у становленні особистості. Але ж у дошкільників домінує емоційно-почуттєвий компонент особистісного зростання. Емоції на ранніх етапах онтогенезу є провідними і вони керують зв’язком дитини з навколишнім світом. Недооцінка емоційної сфери може призводити до емоційної глухоти, бездуховності та жорстокості, як серед дітей, так і в стосунках між дітьми та дорослими [87; 83].

Формування уявлень про довкілля та навколишній світ у дошкільників відбувається насамперед через емоції. Реакції дитини на окремі ситуації в житті носять емоційний характер: вона радіє чи засмучується, обурюється або захоплюється, відчуває злість чи сором, упевненість чи ніяковість. Емоційні переживання, зокрема почуття як одна з основ емоційного розвитку, мають

суттєвий вплив на творчу активність дитини, особливо в ситуаціях, що потребують розв'язання складних завдань [78].

Емоційна сфера є надзвичайно багатогранною системою, що включає різні компоненти: емоційний стан, тон, почуття, емоції та. Відповідно до сучасних психолого-педагогічних підходів, емоційний стан можна розглядати як особливий спосіб відображення смислу життєвих ситуацій через переживання: якщо потреби задовольняються, то це викликає позитивні емоції, в іншому випадку - негативні. У період дошкільного віку емоційна сфера зазнає особливо інтенсивних змін. Якщо в ранньому віці переживання дитини залежать від зовнішніх подразників, то згодом вони починають залежати від її власного ставлення до подій і явищ [104].

Розвиток дитячої емоційної сфери важко переоцінити, оскільки емоційні процеси становлять ту частину психологічного життя дитини, яка забезпечує координацію та регуляцію всіх інших функцій (сприйняття, мислення, пам'ять, увага, уява, тощо) [62; 83].

Тобто ці когнітивні процеси не функціонують ізольовано, а перебувають у постійній взаємодії з емоційною сферою, що забезпечує цілісне осмислення дитиною навколишнього світу. Саме завдяки інтеграції емоційних переживань і пізнавальної діяльності дитина здатна аналізувати власний досвід, розуміти свої та чужі емоційні стани, що є основою розвитку емоційного інтелекту.

Емоційний розвиток визначає психічне здоров'я і загальне благополуччя дитини. Емоційна сфера визначає здатність дитини реагувати на події, пристосовується до соціального середовища і встановлює контакти з оточенням. Під впливом взаємодії з оточенням формується комплекс емоційних навичок, які включають не лише реакцію на стимули, але й розвиток емпатії, самоконтролю та усвідомлення власних почуттів [4; 96].

Основними показниками емоційної сфери є сформованість різноманітних компонентів у дошкільника (когнітивний, експресивний, вербальний та перцептивний) [40; 83].

Варто також враховувати тісний взаємозв'язок емоційного та фізичного станів дитини. Сильні емоційні переживання супроводжуються змінами в міміці, темпі мовлення, рухливості, диханні, серцебитті, кольорі обличчя, а також появою сліз. Такі фізіологічні реакції виконують комунікативну функцію, слугуючи важливими індикаторами емоційного стану дитини, які дорослі можуть використовувати для глибшого розуміння її внутрішнього світу [60, с.8].

Дослідження емоційного розвитку дошкільників здійснювали багато психологів, педагогів та науковців, які внесли великий внесок у розуміння цієї проблеми: О. Вовчик-Блакитна, Т. Кириленко, Л. Неверович, К. Крутій, Р. Павелків, А. Ревть, Н. Трофаїла, Л. Виготський, Л. Зіньківський, К. Ізард, М. Аскаріна, О. Запорожець, А. Матюшкін, Т. Піроженко, М. Фігурін, Д. Ельконін, Н. Денисова, К. Бібанова та ін. [83].

Відомі вітчизняні психологи та дослідники Л. С. Виготський та А. В. Запорожець стверджували, що для успішного виконання будь-якої діяльності важливо, щоб емоційна і розумова сфери працювали в гармонії. На їхню думку, саме емоційний компонент виступає провідним чинником активності, підтримує мотивацію та забезпечує продуктивність пізнавальної діяльності [94].

Емоційна сфера особистості істотно відрізняється від пізнавальної, оскільки вона не відображає об'єктивні явища зовнішнього світу, а передає суб'єктивний внутрішній стан людини, який супроводжує її діяльність та надає їй особистісного забарвлення. Психічні процеси у формі переживань відображають ставлення особистості до різних об'єктів навколишнього світу, до подій і людей.

Очевидною є відмінність між когнітивною та афективною сферами: перша спрямована на відтворення зовнішньої реальності через образи, тоді як друга - на внутрішні переживання особистості через емоційні реакції [93, с. 5-6].

У процесі розвитку дитина проходить шлях від елементарних емоційних реакцій, таких як страх, задоволення чи радість, до більш складних емоційних станів: захоплення, здивування, гнів, смуток. Дошкільники поступово оволодівають здатністю передавати свої переживання невербально. На

фізіологічному рівні емоції проявляються через зміни в роботі серцево-судинної, дихальної, травної, м'язової, сечостатевої та потовидільної систем. Центральною нейрофізіологічною основою емоційної сфери виступає система, відома як «коло Папеца», до складу якої входять ключові структури лімбічної системи головного мозку [47, с. 76-77].

Науковці підкреслюють, що однією з умов виникнення у дошкільників різноманітних складних емоцій є взаємозв'язок емоційних і пізнавальних процесів - двох найбільш важливих сфер їхнього психологічного розвитку. Дослідження свідчать про те, що емоції є важливим фактором регуляції пізнавальних процесів [94; 83] і успіх соціалізації дошкільника залежить від рівня розвитку його емоційної сфери [75].

Різноманітність емоцій у дітей дошкільного віку зростає та емоції набувають більш інтелектуалізованого характеру [90].

У процесі психологічного розвитку дитина поступово набуває здатності контролювати та стримувати свої емоційні імпульси. До моменту вступу до школи, дитина вже має володіти базовими навичками саморегуляції, що передбачає підпорядкування базових емоцій вимогам ситуації та соціальних норм. Формування базових навичок саморегуляції, таких як стримування гніву, страху чи фрустрації, є важливим показником емоційної зрілості дитини [47, с. 76-77].

Дошкільний вік характеризується високою активністю і сприйнятливістю до нових знань, які дитина здобуває через гру та взаємодію з навколишнім світом. І саме гра набуває статусу провідної діяльності, що сприяє гармонійному розвитку емоційної сфери дитини. Саме гра забезпечує глибоке емоційне залучення, у якому дитина проживає широкий спектр почуттів - від радості та здивування до тривоги й смутку. Завдяки ігровим сюжетам формується вміння взаємодіяти з іншими, домовлятися, проявляти емпатію, підтримку, а також враховувати емоційний стан і погляди партнерів по грі [62; 97, с. 42-44].

У старшому дошкільному віці дитина здатна передбачати можливий результат дії та його оцінку дорослим ще до її виконання. Це свідчить про

формування плану дій, у якому вагому роль відіграє емоційне передбачення наслідків. Відтак, усі форми та види діяльності дитини дошкільного віку, як гра, навчання та творчість, є емоційно насиченими [42].

Загалом, варто заначити, що емоційна сфера дошкільника тісно пов’язана як з його внутрішнім психоемоційним станом, так і з впливом зовнішнього середовища. Будь-які зміни на цих рівнях можуть призвести до виникнення стресових станів, афективних реакцій, тривожності або страхів. І. О. Сікорський у праці «Виховання у віці першого дитинства» зазначав: «Достовірно тільки те, що почуття й афекти з'являються у дітей значно раніше, ніж інші види психічних функцій (наприклад, воля, розум), і в певний час складають найвидатніший бік їх душевного життя» [91].

Уже в дошкільному віці починає формуватися особистість дитини, цей процес тісно пов’язаний з розвитком емоційної сфери, із формуванням інтересів та мотивів поведінки, що залежить від соціального оточення, передусім від взаємин з дорослими [90; 83].

Особливо важливу роль у формуванні емоційного благополуччя відіграють стосунки з дорослими. За умов емоційної підтримки, прийняття та позитивного ставлення з боку батьків чи вихователів, дитина може почуватись в безпеці, що сприяє її психологічній стабільності, розвитку впевненості у собі, формуванню доброзичливості й відкритості до взаємодії з іншими [91].

І саме через спілкування з дорослими відбувається встановлення перших соціальних зв’язків. У процесі формування емоційної сфери дошкільника дорослий виступає основною фігурою, яка створює сприятливі умови для розвитку емоцій та навчає дитину їх розуміти й регулювати. Така перша комунікація з дорослим має безпосередній вплив на розвиток вміння спілкуватися і своїми однолітками.

Емоційні характеристики дошкільника, зокрема здатність до емпатії, навички емоційного контролю, рівень тривожності, емоційна вразливість і ступінь толерантності до фрустрації, формуються завдяки соціальному оточенню та тому середовищу, в якому знаходиться дитина. Чим більш

сприятливими є умови виховання, тим ефективніше й повніше розвивається емоційна сфера дошкільників, що підтверджується дослідженнями сучасних психологів [21].

На думку Ю. Забродіної, емоційний розвиток дитини розпочинається саме з сімейного середовища, де основоположними чинниками виступають любов, турбота та емоційна підтримка з боку батьків і близьких. Саме ці аспекти визначають почуття безпеки, внутрішньої гармонії та впевненості в собі, що стають фундаментом для подальшого розвитку дитячої емоційної сфери.

І саме з огляду на це, питання розвитку емоційної компетентності в дошкільному віці набуває особливої актуальності. Адже саме в цьому віці закладаються передумови для успішної соціалізації дитини, формуються базові особистісні риси, емоційна стабільність і здатність до побудови міжособистісних взаємодій [36].

Важливими факторами [40; 83] є стиль сімейного виховання, взаємини між батьками, традиції. Емоційний розвиток є соціальним процесом: він іде від соціального до індивідуального. В умовах родинного виховання рівень розвитку емоційної сфери дитини залежить від характеру взаємовідносин, рівня емоційного контакту з батьками, досвіду емоційного спілкування. Водночас, недосконаліть виховної тактики може призвести до виникнення труднощів в емоційному розвитку дитини.

Важливими також є організаційно-методичні аспекти для забезпечення емоційного розвитку дитини [75; 83]: 1) прийняття і не обезцінювання дитячих переживань та емоцій; 2) проговорювання назв емоцій; 3) використання вправ для зняття емоційного напруги; 4) використання ігор з емоціями.

Сучасні дослідження емоційного розвитку дошкільника мають враховувати теорію емоційного інтелекту Деніела Гоулмана. Згідно з теорією, емоційний інтелект - це здатність людини розуміти, виражати, контролювати свої емоції та використовувати емоції як інтелектуальний ресурс. Людина з розвиненим емоційним інтелектом вміє усвідомлювати власні емоції, звертати увагу на емоції інших, співчувати та ефективно взаємодіяти [88; 83].

Розвиток емоційної сфери у дошкільному віці передбачає оволодіння такими навичками [88; 83]: розпізнавання, регулювання та вираження емоцій; розуміння власних почуттів і почуттів інших людей, керування стресом; розв’язання проблем; побудова здорових емоційних зв’язків.

Отже, особливостями емоційного розвитку в дошкільному віці є [87; 83]: освоєння соціальних форм вираження почуттів; зміна ролі емоцій у діяльності дитини, формування емоційного передбачення; усвідомлення почуттів, їх узагальнення, довільність, позаситуативність; формування вищих почуттів (етичних, інтелектуальних, естетичних); зростання емпатійної здатності; формування емпатії через розвиток творчої уяви.

Таким чином, розвиток емоційної сфери дітей дошкільного віку є важливим процесом, що впливає на їхній загальний розвиток. Це не лише основи фізичного, соціального та інтелектуального розвитку, а й основи для емоційного благополуччя та самореалізації особистості. Саме в дошкільному віці емоції мають провідну роль у взаємодії з навколишнім світом, і тому важливо в цей час активно працювати над емоційним розвитком дитини. Урахування емоційної сфери в процесі виховання сприяє не тільки соціалізації, але й закладає основи для розвитку емоційного інтелекту, що є важливим для гармонійної адаптації дитини в майбутньому. Тому формування здатності управляти емоціями та встановлювати емоційні зв'язки в дошкільному віці є важливим кроком на шляху до вдосконалення в управлінні власними емоціями в зрілому віці [83].

1.2. Вплив війни на емоційні стани дітей дошкільного віку

У сучасній науковій психологічній літературі немає загальноприйнятого визначення поняття «стан особистості». Проте більшість психологів розглядають психічні стани як відносно стабільні утворення психіки, що мають чітко окреслений початок, певну тривалість та логічне завершення. У науковій літературі поширена класифікація психічних станів за змістом та функціональними характеристиками на інтелектуальні, емоційні, вольові та змішані [13].

Особливу увагу у цьому контексті привертає поняття емоційного стану. Його можна визначити як домінуючий у конкретний момент комплекс емоцій і почуттів, що впливає на спосіб, яким людина взаємодіє та реагує на навколишнє середовище. Структурно він охоплює кілька взаємопов'язаних компонентів [107]: суб'єктивне емоційне переживання, фізіологічні реакції організму, зовнішні форми емоційного вираження (міміка, інтонація, жести) та поведінкові прояви. Таким чином, емоційний стан є не лише внутрішнім відгуком на події, а й активним механізмом регуляції поведінки.

Діти дошкільного віку відрізняються високою емоційністю, а їхні почуття та переживання є важливою складовою психічних станів. Зрозуміти емоційний стан дітей, особливо сприйняття ними військових подій, можуть допомогти ігри та малюнки. Це доступний та досить ефективний спосіб дослідити внутрішній світ дитини через символи та образи.

Період війни здатний спровокувати у дітей стани, які пов'язані з конфліктністю, підвищеною напругою, тривожністю та агресивністю. У поведінці це може проявлятися у таких формах [37]: емоційне збудження (нестриманість, дратівливість, агресія, тривога) та пригнічений стан (пасивність, замкненість, апатія).

Травматичний досвід війни порушує баланс емоційної регуляції, яка у цей період працює на межі своїх ресурсів. Такі події можуть значно знижувати адаптивні можливості дитячої психіки [107].

Вразливість емоційного стану значно зростає, якщо не задоволені базові потреби дитини, передусім потреба у безпеці та стабільності. Важливо розуміти, що психотравмуючий вплив визначається не лише самою подією, але й тим, як дитина її сприймає та чи може пережити. Якщо психіка дитини не може опрацювати пережите, то існує ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) або гострої стресової реакції. При цьому, як свідчать дослідження [105], діти частіше, ніж дорослі страждають від ПТСР, симптоми якого можуть з'явитися не одразу після події, а через певний час.

Також варто зазначити, що на початку війни поведінка дітей здебільшого відображала реакції дорослих: паніка та страх батьків призводили до подібних емоцій у малечі, тоді як спокій і впевненість дорослих допомагали дітям відчувати стабільність і безпеку. Водночас, траплялися ситуації, коли діти спостерігали страх та безпорадність старших. Саме ці діти у подальшому були більш схильні до психологічних травм [84].

Однією з характерних форм психологічного захисту як дорослих, так і дітей у таких випадках стає уникання та небажання говорити про війну чи згадувати травмуючі події. Також це може виступати несвідомою спробою зберегти внутрішню рівновагу, але водночас така поведінка ускладнює процес подолання наслідків травмуючих подій. Саме тому сучасна психологія наголошує на важливості раннього втручання та використання спеціальних методик підтримки.

Протягом усього онтогенезу людина переживає широкий спектр емоційних станів, початок яких простежується ще в пренатальному періоді. Наукові дослідження свідчать, що психоемоційний стан матері здатен суттєво впливати на формування нервової системи та особливості психічного розвитку майбутньої дитини. Емоції, як компонент психічної діяльності, виконують важливу адаптивну функцію. Вони забезпечують швидку мобілізацію ресурсів організму, як реакція на зміни зовнішнього чи внутрішнього середовища.

У психологічній літературі емоційні стани поділяють на афекти (досить інтенсивні, але короткочасні емоційні реакції), почуття (мають більш тривалий та стабільний характер та менше залежать від ситуації) та настрій (відносно стійкий емоційний фон, що визначає загальну психоемоційну атмосферу особистості та впливає на її пізнавальні й поведінкові реакції) [57, с. 4-15].

Розглядаючи спектр емоцій, особливу увагу слід приділити страху як емоційному стану, що має складну природу та помітний вплив на психічний розвиток дитини. Незалежно від того, що страх зазвичай відносять до негативних емоцій, він виконує і захисну функцію: сигналізує про небезпеку та мобілізує ресурси організму для подолання загрози. Проте надмірне або хронічне

переживання страху, зокрема в умовах війни, може порушувати баланс емоційної регуляції, що особливо помітно в дитячому віці. Особливо важливо дослідити прояв страху у дошкільників, оскільки цей період відзначається високою чутливістю та активним формуванням уяви. У цей період найбільш схильними до страхів є діти з високою емоційною чутливістю, низькою впевненістю у собі, невисоким рівнем агресивності та підвищеною вразливістю [40].

Зазвичай, згідно з численними дослідженнями в галузі дитячої психології [28, с. 76-78], страхи починають проявлятися у дітей вже з дворічного віку, а їх максимальна інтенсивність припадає на вік п’яти-шести років. Важливо відзначити, що розвиток страхів залежить не лише від уяви дитини, індивідуальних нервово-психологічних особливостей дитини. Окрім цього, на формування страхів впливають зовнішні фактори, зокрема постійні повітряні тривоги, вибухи, трагічні новини та військові дії. Для подолання дитячих страхів важливо створювати безпечне середовище, спонукати до гри, творчості, забезпечити емоційну підтримку, розмовляти з дитиною відкрито та щиро.

З віком, починаючи приблизно з чотирирічного віку, у дітей спостерігається збільшення кількості страхів. Здебільшого йдеться про емоційно забарвлені інстинктивні страхи та пов’язані з базовим почуттям небезпеки для життя. До найрозповсюдженіших страхів дітей цього віку відносять страх самотності, темряви та замкненого простору [27, с. 256-257]. Як відзначає А. Захаров [45, с. 61-66], нічні жахи або фантазійні образи з мультфільмів та казок відображають глибинні дитячі страхи, пов’язані з переживаннями покарання чи емоційного відчуження. Ці страхи особливо проявляються у випадках нестачі батьківської любові та підтримки. Формування дитячих страхів у значній мірі значною мірою залежобумовлено саме емоційним кліматом в сім’ї дитини. А таких страх, як страх самотності часто супроводжується почуттям постійної небезпеки та тривожним очікуванням, яке може проявлятися через уявні напади чи казкових персонажів. Таким чином, дитячі страхи мають не лише

ситуативний, а й глибоко емоційний та сімейно-психологічний контекст, що необхідно враховувати при їхньому аналізі та корекції.

У віці від трьох до п’яти років інтенсивно розвивається дитяча уява, що сприяє виникненню фантазійних страхів. Діти можуть боятися як реальних об’єктів, таких як висота чи комахи, так і вигаданих істот, що виникають у їхній уяві. Особливо поширеним є страх темряви, що зумовлений переживанням невідомості.

У віці від п’яти до семи років дитина починає розуміти абстрактні поняття, зокрема теми життя та смерті. Це спричиняє появу нових страхів, серед яких страх смерті, який поглиблюється на тлі військових конфліктів [57, с. 118-130].

Розглядаючи психологічні механізми проходження дітьми складних життєвих ситуацій, Т. М. Кирпенко та Ю. О. Бохонкова виділяють три способи боротьби з цим критичним досвідом. Реактивний - виникнення фобій, тривожних реакцій і активація захисних автоматизмів. Усвідомлений (опанувальний спосіб) - дитина починає усвідомлювати пережиті події, формує власні стратегії подолання і поступово адаптується до нових умов. Компенсаторний - використання внутрішніх психологічних механізмів захисту для відновлення емоційної рівноваги та стабілізації психічного стану [44, с. 35].

Як наголошує американська психотерапевтка та професорка Джудіт Герман, жоден травматичний досвід не минає безслідно для психіки. Внаслідок сильного стресу може виникати явище «травматичного запам’ятовування», коли подія фіксується в пам’яті через надлишок гормонів стресу, зокрема адреналіну, який посилює збереження образів у мозку. Спроби уникати спогадів про травматичну подію не сприяють одужанню, а навпаки, можуть закріплювати її емоційний вплив. Ефективним підходом є безпечне та поступове «перепроживання» травматичних епізодів, їхнє емоційне опрацювання та інтеграція у власний життєвий досвід [105].

Сьогодні українське суспільство живе в умовах постійного впливу психотравмуючих факторів, що стали частиною щоденної реальності. Ці події є складними та виснажливими для людей будь-якого віку. Реакція дітей

травматичні події часто відрізняється від дорослих. Діти рідше відкрито говорять про свій емоційний стан, не завжди усвідомлюють масштаб подій, а інколи навіть не сприймають їх як проблему. Водночас відсутність словесного вираження переживань не є ознакою їхньої відсутності. Емоційні та поведінкові прояви чітко демонструють внутрішню напругу, що впливає на особистісне становлення, соціальну активність та психічній розвиток дитини.

Події 24 лютого 2022 року стали переломним моментом для всіх українців, адже вони змінили звичайне життя та поділили його на «до» і «після». Цей досвід для дітей виявився особливо болючим, оскільки вони сприймають інформацію не лише через слова, а й через емоційний стан дорослих. Діти тонко вловлюють настрій дорослих і реагують на нього, навіть якщо не до кінця розуміють, що саме відбувається.

Як зазначають українські психологи, зокрема у роботі «Особливості надання кризової психологічної допомоги дітям», [55] будь-яка криза, а особливо війна, є серйозним викликом для дитячої психіки. Втративши базове відчуття безпеки, дитина не здатна самостійно відновити психологічну рівновагу й потребує емоційної присутності та підтримки дорослого. Навіть діти, що залишаються у відносно безпечних регіонах, перебувають у стані хронічної тривоги через звуки вибухів, відсутність близьких, повітряні тривоги і т.д.

На думку О. Гальчук, у дітей дошкільного віку (від чотирьох до шести років) найчастіше спостерігаються такі реакції психіки на екстремальні події: емоційні зриви, підвищена тривожність, страх, інфантильність, труднощі з мовленням та прроблеми з концентрацією уваги, відсутність бажання гратись, надмірна тактильність, гіпер- або гіпоактивність, сильна прив’язаність до батьків. Такі прояви є природною реакцією психіки дитини на екстремальні події і свідчать про необхідність емоційної підтримки та створення безпечного середовища [24].

Чим вищий рівень стресу, який переживає людина в умовах шоку, тим активніше ранні еволюційно старі ділянки мозку («рептильний мозок») керують її реакціями. Це пояснює, чому під час війни діти часто реагують імпульсивно,

нераціонально й на рівні базових інстинктів. Повернення до стану внутрішньої стабільності можливе лише тоді, коли відновлюється когнітивне функціонування і поруч є значущі люди, здатні дати відчуття безпеки. Для дітей такими людьми є не лише батьки, а й інші дорослі з найближчого оточення (вихователі, вчителі, а також рідні та близькі).

У дошкільників ще не повністю сформовані нейронні зв'язки та префронтальна кора, яка відповідає за контроль поведінки та емоційну саморегуляцію. Тому діти особливо вразливі до сильних стресових подій і самостійно впоратися з ними не можуть. У період війни в Україні діти потребують простих і зрозумілих пояснень того, що відбувається, та емоційної підтримки дорослих [34, с. 166-170].

Емпіричні дослідження підтверджують, що діти, які перебували у зонах бойових дій, нерідко отримують значні психологічні травми, аж до розвитку посттравматичного стресового розладу. Це проявляються на емоційному, когнітивному, фізіологічному та поведінковому рівнях [108; 98, с. 117-121].

Важливо зазначити, що травмою для дитини може стати не лише безпосередній контакт із бойовими діями, а й непрямий – через новини, розмови дорослих або сирени. Це часто проявляється у вигляді тривожності, нічних кошмарів, страху темряви, проблем зі сном, дратівливості, агресії або, навпаки, пасивності. У деяких дітей виникають регресивні прояви у вигляді енурезу, смоктання пальця, надмірної залежності від батьків. Травма може відображатися і на фізичному рівні через головні болі, тремор, відсутність апетиту, нудоту.

Дослідження свідчать, що наслідки травматичних подій можуть передаватися навіть наступним поколінням. Діти, народжені у батьків, які пережили війну чи інші екстремальні обставини, нерідко мають затримку емоційного й моторного розвитку, меншу вагу при народженні та схильність до порушень серцевої діяльності [47, с. 82-85].

Отже, у дітей психологічна травма проявляється не лише через емоції та поведінку, а й через вплив на фізичний стан, спілкування й навчання. Чим

молодша дитина та чим інтенсивніший стрес, тим глибшими можуть бути наслідки.

Підсумовуючи, можна сказати, що психіка дитини відзначається підвищеною чутливістю до травматичних подій. Війна у цьому контексті є критичним фактором, який загострює всі ризики, адже вона поєднує загрозу життю, втрату близьких і відчуття безпорадності, що значно підсилює глибину психологічної травми.

Водночас війна виступає надзвичайно сильним психологічним подразником не тільки для дітей, так і для дорослих та суспільства в цілому. У людини немає природного «імунітету» проти стресу, який викликають бойові дії. Тривале перебування в умовах небезпеки стає серйозним випробуванням: на лінії фронту війна є фізичною, тоді як поза ним вона проявляється у психологічному вимірі. Постійний стрес насамперед виснажує нервову систему, що спричиняє зростання патологій психологічного характеру [25, с. 39-42].

Як зазначає ізраїльська психологиня Дафна Шарон-Максімов, дитяча травма є багатогранним явищем. Вона може проявлятися по-різному. Це може бути переживання стресу від перебування у сховищах під час повітряних тривог, а також безпосередні травмуючі події (поранення, загибель рідних, зґвалтування) [46]. Кожен із цих досвідів залишає глибокий слід у психіці дитини, хоча інтенсивність та наслідки відрізняються. Часто можна почути думку, що дитина «подорослішала через війну», проте насправді це та ж сама дитина, яка пережила травму. Вона розгублена та потребує підтримки для відновлення відчуття безпеки та емоційної рівноваги.

Серед сучасних досліджень психологічних наслідків війни, особливу увагу заслуговують роботи Х. В. Гаспаряна. Він аналізує реакції дітей та підлітків на стресові події та досліджує механізми психологічного захисту особистості.

У дошкільнят важкі життєві ситуації найчастіше проявляються символічно через гру, регресивну поведінку та підвищену тривожність. Ці прояви можуть супроводжуватися страхами, які не завжди безпосередньо пов’язані з травматичними подіями, але відображають внутрішнє переживання дитиною

стресу. Аналіз дитячих малюнків часто виявляє використання чорного та білого кольорів, що може свідчити про внутрішній конфлікт і емоційне напруження.

Таким чином, дослідження Х. В. Гаспаряна підтверджують, що ранні вікові реакції на травму мають специфічні прояви, і їхнє розуміння важливе для своєчасного психологічного супроводу дітей у кризових умовах [80].

Війна створює два види психологічних викликів для дітей: первинні та вторинні. Первинні - це прямий вплив бойових дій (обстріли, перебування в укриттях, евакуація та медіатравматизація). Вторинні - це соціальні (втрата звичного середовища, ізоляція, порушення контактів із близькими людьми, дестабілізація родинного клімату) [86, с. 9-30].

Внаслідок цих чинників у дітей часто виникають сильні емоційні реакції, такі як тривога, страх, агресивність. Тривога виникає як реакція на можливу загрозу, тоді як страх - на конкретну небезпеку. Тривога супроводжується хвилюванням, неспокоєм та очікуванням непередбачуваних подій, і саме її прояви найбільш пов’язуються з особливостями розвитку особистості [93, с. 6-7; 13].

З. Фрейд одним із перших трактував тривогу як фізіологічну реакцію організму на небезпеку і відрізняв її від страху. К. Хорні доповнювала цю концепцію, стверджуючи, що тривога може виникати через уявну небезпеку і не є обов’язковим компонентом структури особистості. Тобто тривога, як правило, сигналізує про дисбаланс у психічному розвитку або наслідки психотравмуючих ситуацій у дитинстві [35; 20].

За визначенням психотерапевта М. Литвака, тривога - це емоція, яка з’являється, коли ситуація оцінюється як несприятлива. Якщо джерело цієї тривоги не можна ліквідувати, тривога переходить в страх.

Керол Ізард вважав страх первинною емоцією, а тривогу - результатом поєднання страху з іншими емоціями [93, с. 68-79].

Сучасна психологія розрізняє тривогу як тимчасовий стан в певній ситуації, а тривожність, як стабільну властивість особистості, що визначає схильність до емоційної реакції навіть на незначну загрозу. Дослідження

показують, що тривожність може бути як вродженою, так і сформованою під впливом негативного досвіду [35; 20].

Г. М. Прихожан дав наступне визначення тривожності: «тривожність – переживання емоційного дискомфорту, що пов'язано з очікуванням негативного розвитку подій і передчуттям майбутньої небезпеки, є досить серйозним за ступенем прояву станом емоційного дисбалансу» [41].

Тривожність проявляється через поведінкові та неусвідомлювані реакції, наприклад, накручування пасма волосся або стискання рук.

Тривожність, особливо у дітей, іноді стає фоном для розвитку агресивної поведінки. Дослідження свідчать, що прояви агресії у дітей зони бойових дій виникають раніше, ніж у їхніх ровесників з мирних територій. Старший дошкільний вік є ключовим періодом, коли формуються нові стратегії поведінки.

У наукових джерелах агресія, агресивність та агресивна поведінка мають різні визначення. Агресія - це поведінка, спрямована на нанесенні фізичної або психологічної шкоди третім особам. Агресивність - це не просто риса характеру, а складна форма деструктивної поведінки, яка порушує соціальні норми та завдає шкоди як оточенню, так і самій дитині. Агресивна поведінка може виявлятися через демонстрацію сили, прагнення до влади над іншими [66].

Таким чином, психологічне неблагополуччя дитини не можна розглядати як ізольований феномен: страх, тривожність, агресивність та конфліктність перебувають у постійній взаємодії, формуючи складний комплекс психоемоційних станів. Деякі дослідники вважають, що надмірна тривожність може провокувати агресивну поведінку як захисну реакцію, а агресивність може підсилювати внутрішній страх і напругу [71].

Дослідники підкреслюють, що у дошкільному віці ці стани є особливо вразливими до впливу зовнішніх психогенних факторів, таких як умови війни або тривалий стрес. Якщо негативні переживання повторюються часто та інтенсивно, вони можуть закріплюватися на рівні стійких психічних властивостей, що порушує гармонійний розвиток особистості дитини. У таких умовах проведення системної психокорекційної роботи стає необхідним для

стабілізації емоційного стану, запобігання формуванню деструктивних моделей поведінки та підтримки емоційного благополуччя дітей дошкільного віку. Акцент на своєчасну діагностику, виявлення чинників ризику та використання адекватних методів психокорекції дозволяє створити основу для гармонійного розвитку особистості навіть у складних соціально-психологічних умовах [37].

1.3. Теоретичні основи арт-терапії у психологічній корекції дітей дошкільного віку

Арт-терапія є одним із найдієвіших підходів для підтримки емоційного розвитку та психічного здоров'я дітей, особливо тих, хто стикається з травматичними подіями. Її унікальність полягає в тому, що в її основі лежить використання не слів, а мистецтва. Творчий процес допомагає дитині виразити те, що складно або неможливо передати словами. Завдяки цьому метод поєднує елементи самовираження, дослідження власного «Я» та емоційного розвантаження. На думку Р. Хампе та М. Віггера [69], арт-терапія має не лише діагностичний потенціал, адже через творчість дитина розкриває свої внутрішні переживання. Водночас основне значення арт-терапії полягає у терапевтичному та корекційному впливі, що дозволяє працювати з глибинними психічними процесами, які часто залишаються поза межами вербальної комунікації.

Ідея лікувальної сили мистецтва сягає своїми витоками у первісні часи. Уже тоді наскельні зображення виконували не лише культурну та соціальну функцію, й а слугували засобом пізнання глибинних сенсів буття. Згодом у багатьох культурах мистецтво і музика почали застосовуватися з лікувальною метою. Так, у давньоєгипетських папірусах, давньогрецьких трактатах та біблійних текстах згадуються практики використання музики для заспокоєння та лікування людей із психічними розладами [8].

Арт-терапія як окремий науковий напрямок не виникла раптово, а формувалася поступово під впливом провідних психологічних течій. Зокрема, ідеї психоаналізу З. Фрейда та К. Юнга підкреслювали значення несвідомого та символічних форм вираження досвіду [59]. Зигмунд Фрейд стверджував, що

символи відображають витіснені чи забуті спогади, які через внутрішні психічні процеси проявляються у сновидіннях та творчості [14]. Карл Густав Юнг, розвиваючи ці ідеї, наголошував на особливій ролі творчості у психотерапії. Через образи та символи, за його переконанням, людина здатна виразити енергію свого несвідомого, відновити гармонію між свідомими і несвідоми рівнями психіки та сприяти особистісному розвитку [22]. Водночас гуманістична психологія (К. Роджерс, А. Маслоу) розкрила потенціал творчості як засобу самовираження та самоактуалізації особистості. Сукупність психоаналітичних та гуманістичних ідей стала теоретичною основою виокремлення поняття «арт-терапія».

Важливим етапом розвитку цього напряму вважають діяльність британського художника Адріана Гілла (Хілла) в 30-ті роки XX століття [103; 63, с. 368-369]. У період лікування від туберкульозу в санаторії Мідхерст він помітив, що малювання сприяє полегшенню його фізичного та психічного стану. Цей досвід був настільки переконливим, що Гілл почав застосовувати його і з іншими пацієнтами, зокрема з пораненими солдатами. Спостереження за тим, як мистецька діяльність допомагає людям відновлювати внутрішні ресурси, дозволило йому вперше у 1942 році ввести у вжиток термін «арт-терапія», а невдовзі викласти свої ідеї у книзі «Мистецтво проти хвороб».

Згодом метод набув ширшого застосування, особливо у США, де його почали використовувати для роботи з дітьми емігрантів, які пережили травматичний досвід Другої світової війни. На початкових етапах акцент робився переважно на подоланні емоційних та поведінкових труднощів. Проте поступово спектр завдань арт-терапії розширився: від корекційних до розвивальних, адаптаційних і профілактичних.

Уже наприкінці XX століття закордонні психологи, педагоги та соціальні працівники активно використовували арт-терапевтичні техніки не лише з корекційною, а й із розвивальною та профілактичною метою, підкреслюючи їхній потенціал у формуванні гармонійної та цілісної особистості.

Унікальність підходу Гілла полягає в тому, що він інтуїтивно випередив сучасні уявлення про ресурсність творчості. Те, що він відкрив емпірично, сьогодні ми підтверджується численними науковими дослідженнями. Мистецтво здатне не лише відволікати людину від болю, а й активізувати її внутрішній потенціал до зцілення. Саме тому арт-терапія набула статусу універсального методу, що застосовується у клінічній, освітній та соціальній практиці.

Важливий внесок у становлення арт-терапії зробили й інші дослідники. Так, психолог Тармо Пасто спирався на юнгіанську концепцію колективного несвідомого. Педагог Франц Чижек досліджував значення дитячої спонтанної творчості. Мистецтвознавець Віктор Ловенфельд аналізував взаємозв'язок когнітивного та художнього розвитку дітей, а педагогиня Флоренс Кейн приділяла увагу вільній дитячій креативності, руховим і звуковим формам самовираження [5, с. 30-38].

Попри те, що термін «арт-терапія» з'явився ще в середині XX століття, у сучасній науці досі не існує єдиного загальноприйнятого його визначення. Це пояснюється тим, що різні дослідники та практики трактували його відповідно до власних наукових підходів, професійного досвіду та культурних контекстів.

Наприклад, Є. Вознесенська вважала арт-терапію методом «зцілення через творчість» [50]. Вона підкреслювала, що йдеться не про лікування, а про зцілення, як відновлення цілісності особистості. На думку О. Титаренко, арт-терапія охоплює «способи та технології реабілітації» людини за допомогою творчості та художньої діяльності. І. Сусаніна визначає це як сферу, що застосовує «невербальну мову мистецтва для розвитку особистості», створюючи можливість контакту з «глибинними аспектами духовного життя» [49, с. 11].

У Великому тлумачному словнику сучасної української мови, арт-терапія - метод «лікування нервових і психічних захворювань за допомогою мистецтва» та самовираження в творчості [53; 6].

Психотерапевт і психолог Б. Карвасарський [10] визначав арт-терапію як «використання мистецтва в якості терапевтичного чинника». Отже, творчий

процес здатний впливати на психоемоційний стан людини не менш ефективно, ніж традиційні психотерапевтичні методи.

Науковий інтерес становить позиція О. Смілянець [6], яка підкреслює, що арт-терапія виконує як лікувальну функцію через художню діяльність, так і забезпечення безпечного вираження емоційної напруги та агресії у соціально прийнятних формах. Крім того, арт-терапія відкриває широкі можливості для діагностики та інтерпретації переживань клієнта, дозволяючи поступово наближатися до тих думок і почуттів, які на свідомому рівні здаються недосяжними. Важливим є й те, що творчий процес допомагає людині відновити відчуття внутрішнього порядку та контролю, а також направляє увагу до власних емоцій та почуттів.

Сьогодні арт-терапія розглядається як один із найбільш м'яких, але водночас результативних психотерапевтичних методів. Її сутність полягає не у формуванні художніх чи артистичних навичок, а у створенні безпечного простору для вираження внутрішніх переживань. Творчість у такому форматі стає способом відреагування прихованих емоцій, опрацювання страхів і внутрішніх конфліктів, а також дієвим механізмом соціальної адаптації. Завдяки символічній мові мистецтва людина має змогу усвідомити нові грані власного внутрішнього світу та поступово гармонізувати психоемоційний стан.

Попри давнє коріння, арт-терапія і сьогодні активно інтегрується не лише у практику психотерапії, але й у педагогіку та соціальну сферу. У сучасних умовах арт-терапія розглядається як природний спосіб корекції та профілактики негативних психоемоційних станів. Її перевага в тому, що дитина отримує можливість через творчість символічно відтворити свої переживання, сумніви чи внутрішні конфлікти. Це не лише допомагає зняти психічну напругу, а й сприяє формуванню емоційної стійкості та гармонізації особистісного розвитку [13].

Образотворче мистецтво можна вважати однією з найбільш природних мов дитинства. К. Ушинський зазначав [49, с. 13-14], що «… діти мислять образами, кольорами, звуками, відчуттями» і лише пізніше переносять ці уявлення у слова. Саме тому малювання й інші творчі дії є не просто розвагою, а своєрідним

способом самоусвідомлення та вираження внутрішнього світу дитини. Ця особливість робить мистецтво універсальним і безпечним інструментом, який дозволяє працювати з емоціями там, де вербальна комунікація є ще недостатньо розвиненою [51].

Це екологічний метод роботи з дорослими та дітьми, який допомагає проживати страх, тривогу чи агресію у символічній формі. Важливо, що терапевтичний ефект виникає саме в процесі творчості, а не в оцінюванні результату. Тобто, зцілює сам процес, а не результат [11; 12, с. 93]. За допомогою творчості відбувається «перенесення внутрішнього болю на папір» [77].

Таким чином дитина отримує можливість самостійно знаходити власний спосіб емоційного розвантаження за допомогою того виду арт-терапії, який підходить саме їй у цей момент. Проте, крім вибору творчих засобів важливим є й стабільне середовище: постійний простір для занять та стабільні супроводжуючі дорослі. Це формує у неї відчуття безпеки та довіри, що є необхідною умовою ефективності арт-терапії.

Спостереження за процесом творчості дитини дозволяє фахівцю виявити особливості емоційного стану, рівень тривожності чи напруги, а також побачити те, що часто приховане в підсвідомості. Важливо, що арт-терапія не обмежується однією функцією: вона одночасно виконує виховну, розвивальну, діагностичну та корекційну роль. Це робить її надзвичайно цінним методом у роботі з дітьми різного віку [85].

У світовій практиці арт-терапія вже давно визнана ефективним методом при роботі з дітьми. Центральним у цьому методі є ставлення дитини до власної творчості: до того, що вона створює, як грає чи малює, і як це переживає. Такий підхід дає змогу спеціалісту працювати не стільки з продуктом діяльності, скільки з внутрішнім світом дитини, її емоційними реакціями та способом самовираження. Разом з тим, ефективність арт-терапії значною мірою залежить від професіоналізму психолога. Важливим є [49, с. 29-36] вміння враховувати можливі обмеження функціональних систем дитини, правильно визначати цілі та завдання корекційної роботи, добирати техніки, які дитина реально може

виконати, а також встановлення довірливого контакту та надання дитині свободи у виборі завдань, що сприяє підвищенню її мотивації й концентрації уваги.

Якщо в інших країнах арт-терапія давно утвердилася як психокорекційний метод, то в Україні її становлення мало складніший шлях [2]. Тривалий час до цього напряму ставилися з певною недовірою, розглядаючи його радше як допоміжний метод. Проте з початком повномасштабної війни 2022 року ситуація докорінно змінилася. В умовах воєнних дій, масової травматизації та високого рівня стресу серед дітей і дорослих арт-терапія стала одним із найбільш затребуваних інструментів психологічної допомоги. Вона допомагає дітям відновити емоційний баланс, впоратися з тривогою, стабілізувати психоемоційний стан та знайти безпечний спосіб вираження внутрішніх переживань. Отже, на сучасному етапі розвитку арт-терапії в Україні, вона характеризується її практичною значущістю та інтеграцією у систему психологічної підтримки населення, що переживає наслідки війни.

Численні як зарубіжні, так і вітчизняні дослідження підкреслюють, що арт-терапія не має протипоказань, що робить її універсальним методом психологічної роботи з різними категоріями клієнтів. Для оцінки результативності арт-терапевтичної діяльності дослідники пропонують низку критеріїв [39, с. 10-11]: мотиваційно-ціннісний (відображає позитивне емоційне ставлення до творчої діяльності); когнітивний (охоплює засвоєння знань про різні види мистецтва, розвиток умінь аналізувати й узагальнювати інформацію, а також формування стійкої пізнавальної активності); діяльнісний (відображає практичний досвід участі у колективних формах арт-терапевтичної діяльності).

Арт-терапія відкриває доступ до внутрішніх ресурсів людини, оскільки вона звертається саме до її творчої складової, сприяє процесу самозцілення та активізує особистісний потенціал [15].

На сьогоднішній день арт-терапія має свої переваги серед інших форм та методів психокорекції [41; 1, с. 75-79]. Насамперед її універсальність полягає у відсутності вікових чи соціальних обмежень, тобто до творчого процесу може бути залучена практично будь-яка людина незалежно від життєвого досвіду чи

комунікативних обмежень. Уже з 15 місяців дитина може брати в руки олівець і починати малювати каракулі, а до чотирьох років здатна малювати фігуру людини [106]. Таким чином, арт-терапію можна застосовувати навіть у дуже ранньому віці. Цей метод створює унікальний простір, де можна виразити те, що важко чи неможливо передати словами. Саме через художню діяльність відбувається м'яке наближення до внутрішнього світу клієнта, зменшення психологічних бар'єрів, формування атмосфери довіри та безпеки. Для дітей чи дорослих у стані тривоги чи апатії вона може стати способом повернення до активності, позитивного світосприйняття і внутрішньої гармонії. Водночас, м'якість і ненав'язливість арт-терапевтичних технік дозволяють працювати навіть із дуже чутливими або вразливими клієнтами. У цілому, можна стверджувати, що арт-терапія є не лише допоміжним методом, а й потужним психокорекційним інструментом, що поєднує доступність, емоційну насиченість і дієвість у роботі з дітьми та дорослими.

Загалом арт-терапія розглядається не лише як форма залучення до творчості, а передусім як метод розвитку та трансформації особистості, групи чи колективу через використання різних видів мистецтва. Як слушно зазначає О. Вознесенська [48, с. 106-109], хоча творчий компонент має істотне значення, ключова роль належить саме терапевтичному впливу, який забезпечує можливість подолання внутрішніх конфліктів та стабілізації емоційного стану.

У сучасній практиці арт-терапії, окрім традиційних групової та індивідуальної форм, дослідники виокремлюють ще дві [110]: пасивну (споглядання дитиною готових художніх творів) та активну (створення дитиною власних продуктів творчості). Саме активна форма є особливо ефективною в роботі з дітьми, адже дозволяє безпечно виражати емоції та переживання.

У широкому розумінні арт-терапія охоплює всі види мистецтва, які використовуються з лікувальною, корекційною, діагностичною та розвивальною метою. Вона є одним із найпотужніших інструментів, оскільки завдяки своїй невербальній природі не має суттєвих обмежень у застосуванні. Як зазначає Н. В. Маркова, саме невербальні засоби часто стають єдиним способом вираження

та осмислення травматичних переживань [7]. При цьому позитивний вплив арт-терапії може проявлятися навіть без подальшої вербалізації створеного продукту. Застосування арт-терапії в роботі з дітьми можна розглядати як природний спосіб корекції емоційного стану. Вона діє м'яко й ненав'язливо, допомагаючи відновити внутрішню рівновагу та гармонійніше налагодити взаємини із собою та навколишнім світом.

У проведенні арт-терапії дотримуються принципів, подібних до тих, які використовуються в інших педагогічних або психокорекційних методиках. Практичний психолог або педагог має встановити довірливий контакт з дитиною, визначити цілі та завдання занять, підібрати відповідні техніки, які дитина зможе виконати, та враховувати її індивідуальні можливості й особливості. Важливо також дати дитині свободу обирати завдання, а роботу організовувати таким чином, щоб вона сприяла концентрації уваги та внутрішній залученості.

Варто наголосити, що арт-терапія тривалий час застосовувалася лише у психотерапії, проте сьогодні вона активно застосовується і в корекційно-виховному процесі [17, с. 12].

Практика показує, що арт-терапевтичні методи ефективні під час роботи з дітьми з труднощами емоційного та поведінкового характеру (це може бути підвищена тривожність, агресивність, замкненість, сором'язливість чи низька самооцінка). Використання таких методів допомагає знімати напруження і бар'єри, вчить дітей конструктивному спілкуванню, сприяє адекватному самосприйняттю, формує позитивні взаємини з однолітками та дорослими [18].

Особливу цінність арт-терапія набуває при використанні малюнка або інших творчих продуктів, адже кожен елемент, який дитина створює, може відображати її емоційний стан та переживання. Такий підхід дозволяє фахівцю краще пізнати внутрішній світ дитини, а також зрозуміти її потреби та труднощі, одночасно стимулювати її творчі здібності та емоційний розвиток. Завдяки цьому арт-терапія стає ефективним інструментом психологічної підтримки та корекційно-розвивальної роботи.

Варто також уточнити поняття «корекція». У вузькому значенні цей термін означає «виправлення». А в психологічній практиці під корекцією розуміють делікатне втручання у внутрішній світ людини з метою подолання психологічних труднощів і сприяння розвитку. Для дитячого віку більш доречним є використання терміну «корекційно-розвивальна робота», який об'єднує підтримку розвитку та усунення труднощів [52, с. 6-8].

Арт-терапія як метод корекційної роботи діє через низку психологічних механізмів [43]. Вона створює простір для вільного самовираження, що сприяє самопізнанню та гармонізації особистості. Художня діяльність дозволяє дитині знижувати емоційне напруження, знаходити безпечні способи проживання складних почуттів і водночас тренувати здатність до концентрації. У сюжетах малюнків чи образах казкових героїв дитина може віддзеркалити власні переживання, навчитися передбачати можливі труднощі та знаходити шляхи їх подолання. Участь у спільних творчих заняттях полегшує встановлення контактів, формує навички співпраці, розвиває емпатію та довіру. Важливим наслідком є й зростання самооцінки, відчуття внутрішнього контролю та укріплення власного «Я». Паралельно розвиваються креативність, уява, дрібна моторика, що особливо важливо у дошкільному віці.

Арт-терапія поступово зайняла важливе місце не лише у сфері психологічної допомоги, а й в освітньому середовищі. Особливо помітний внесок у цій галузі зробили вальдорфські школи, де творчість розглядається як фундаментальний інструмент формування емоційної компетентності та розвитку особистості [79, с. 97-103].Тут мистецькі практики не обмежуються естетичним вихованням, а стають засобом самопізнання, вираження внутрішнього світу та формування навичок емоційної регуляції.

Теоретичну базу арт-терапії розширили дослідження Д. Воллер, В. Ловенфельда, Т. Пасто, Х. Р. Цурфлю, Л. Волкової, Л. Найдьонової та О. Вознесенської. Для України це особливо актуально, адже в умовах сучасних викликів, спричинених війною, освітні та психологічні практики потребують нових підходів до підтримки дітей. Проблеми використання арт-терапії розкрито

в працях сучасних українських науковців В. Назаревич, І. Борейчук, О. Гарковець та ін.

Сучасні дослідження виокремлюють цілу низку арт-терапевтичних методик, які демонструють ефективність під час роботи з різними емоційними переживаннями, особливо дітей дошкільного віку [19]. Серед них: ізотерапія, піскова терапія, кольоротерапія, музикотерапія, лялькотерапія, ігротерапія, тілесно-рухова терапія, драматерапія, танцювальна терапія, хобітерапія, казкотерапія, фототерапія, ароматерапія, маскотерапія, мандалотерапія та інші.

Важливо підкреслити, що всі ці методи можуть застосовуватися як індивідуально, так і в групі. Проте саме групова форма роботи в дошкільному віці має низку переваг: вона сприяє соціалізації, формуванню навичок співпраці, розвиває емпатію та дає досвід підтримки. Завдяки взаємодії з однолітками дитина навчається бачити наслідки власних дій для інших, що стає фундаментом для розвитку емоційної саморегуляції.

Варто також наголосити, що в арт-терапії досить важливого значення набувають кольори, які використовує дитина в своїй роботі. При цьому, немає єдиного загальноприйнятого значення цих кольорів. Оскільки більш важливим є те, яким сенсом наділяє той чи інший колір саме ця дитина. Це означає, що колір у малюнку чи іншому продукті творчості є передусім особистісним символом, що відображає внутрішні переживання конкретної особи [109].

Таким чином, кожен творчий продукт дитини несе у собі унікальний сенс. Разом із кольором важливу роль у вираженні й корекції емоцій відіграють й інші засоби арт-терапії. Зокрема, казкотерапія сприяє розвитку у дитини уяви, розширює світогляд та допомагає у процесах самопізнання і самовдосконалення, формує здатність до подолання труднощів та покращує взаємодію дитини з навколишнім світом [8]. Сам термін «казкотерапія» у перекладі означає «лікування казкою» [29, с. 50-53]. Проте цей метод виконує не лише лікувальну функцію, а й освітню, виховну, консультативну та корекційну. У практиці метод казкотерапії застосовується як з метою психодіагностики, так і для психокорекції, психотерапії чи психологічного консультування [38, с. 60-61].

Використання казки в роботі з дітьми дозволяє знижувати рівень тривожності, долати страхи, сприяє соціальній адаптації та гармонізації поведінки. Терапевтичним інструментом можуть бути не тільки народні казки, але й авторські чи спеціально створені для терапевтичних цілей. Все це відбувається завдяки тому, що казка може сприйматися на свідомому та підсвідомому рівнях.

Казки можуть бути діагностичними: застосовуються на початковому етапі роботи та дозволяють виявити індивідуальні особливості дитини. Корекційні казки використовуються після проведення діагностичного етапу для цілеспрямованої роботи з емоційними станами. Окремо виділяють психотерапевтичні казки [31, с. 53-55].

З. Фрейд у своїх дослідженнях зазначав, що казки мають теж саме джерело, що і сновидіння та невротичні симптоми. Водночас у концепції К. Г. Юнга казка розглядається як символічна мова колективного несвідомого, втілена через архетипи. Архетипові образи у сюжетах казок відображають глибинні психологічні стани людини й дозволяють дитині ідентифікувати себе з певним героєм, проживаючи важливі внутрішні переживання [65, с. 82-86; 68, с. 71-73].

Казкотерапія дозволяє дитині символічно відображати власний внутрішній світ, проектуючи переживання через героїв і події казки. Така діяльність активує праву півкулю мозку, яка відповідає за творче мислення, сприйняття образів та емоційний баланс. Саме тому мова метафор вважається мовою правої півкулі головного мозку [32]. Внаслідок цього дитина може безпечним способом досліджувати свої страхи, тривожні стани, почуття сорому чи провини, а також психосоматичні прояви стресу.

Окреме місце серед арт-терапевтичних методів займає лялькотерапія. Лялька може допомогти перенести складні внутрішні переживання у гру. Використання ляльки допомагає долати мовленнєвий негативізм, знижувати тривожність у спілкуванні, стимулювати комунікативну та мовленнєву активність.

Візуальні методи, такі як ізотерапія чи фототерапія, дають змогу через образи й символи виразити те, що ще не оформлене у словах. Малюнок або

фотографія стає матеріальним об’єктом, який можна аналізувати, змінювати й навіть «переписувати» власну історію [8]. Це особливо важливо для дітей, що пережили травматичний досвід, адже перенос складних почуттів у зовнішню форму знижує рівень внутрішньої напруги [5]. Діагностичне і корекційне значення мають не лише сюжет і символіка, а й вибір кольорів, форма, розмір зображень, їх розташування на аркуші.

Малювання у психокорекційній роботі є не лише творчим самовираженням, але й потужний механізм узгодження роботи обох півкуль головного мозку [9]. Права півкуля відповідає за образність і емоційність, тоді як ліва - за логіку та абстрактне мислення. Виконання малюнків сприяє активізації цих процесів та встановленню міжпівкульних зв’язків. Особливу ефективність під час взіємодії з дошкільниками демонструють техніки малювання руками, пальцями чи долоньками. Такі вправи не лише стимулюють сенсорний досвід, а й допомагають дитині більш вільно виражати власні емоції.

Одним із ефективних інструментів в ізотерапії є мандалотерапія. Сам термін «мандала» у перекладі з санскриту означає «коло» або «центр» [1, с. 79-82]. Малюнок мандали зазвичай має симетричну будову із вираженим центром. Символіка кола супроводжує людство з давніх часів: округлі форми зустрічаються у священних центрах стародавніх цивілізацій, місцях поклоніння та культових спорудах. Таким чином, мандала завжди була символом гармонії, єдності та зв’язку з сакральним.

Використання мандал може мати як заспокійливий, так і розвивальний ефект: розфарбовуючи готові зображення, діти вчаться концентрувати увагу, знижують рівень тривожності та встановлюють контакт зі своїми емоціями [111, с. 79-85]. У старшому дошкільному віці створення власних мандал стає ще більш корисним, оскільки поєднує творчість, самовираження та роботу з внутрішнім світом дитини. Треба також виділити, що в психології саме К. Юнг одним із перших наголосив на значенні мандал, розглядаючи їх як дієвий інструмент для психодіагностики та психокорекції. На думку Карла Юнга, кожна мандала є

«автопортретом особистості» і порівнював мандалу з краплею людської крові та клітиною живого організму [39, с. 38-44].

Також звертаємо увагу, що при інтерпретації мандали необхідно звертати увагу на сам процес її створення. Після завершення роботи дитину варто запитати, як вона назвала свою мандалу, які емоції вона викликає та чи є бажання щось доповнити або змінити.

Окрім візуальних технік, що працюють переважно через образи та символи, в арт-терапії значну роль відіграють методи, які залучають тіло й сенсорний досвід дитини. Тілесно-рухові техніки та музикотерапія спрямовані більше на сенсорне та психофізіологічне розвантаження. Вони допомагають дитині відчути власне тіло, вивільнити емоції через рух або звук, відновити відчуття контролю над собою. Важливим компонентом є використання реквізитів (стрічок, тканини, м’яких предметів), які символічно відображають різні почуття і допомагають дитині у безпечний спосіб проживати страхи чи інші сильні емоції. Танцювальна терапія виконує не лише корекційну, але й діагностичну функцію: рухи дитини відображають її емоційний стан, а робота з ними сприяє розвитку здатності до рефлексії та усвідомлення власних переживань [99].

Драматерапія ж поєднує ігрову й символічну дію. І відтворюючи знайомі або нові ролі, дитина не лише моделює власний досвід, а й опановує соціальні норми взаємодії.

У процесі арт-терапії значну роль відіграє музикотерапія, яка має сприятливий та доволі позитивний вплив на емоційний стан дітей. Сам термін «музикотерапія» походить від грецьких та латинських слів і у перекладі означає «зцілення мистецтвом». У працях давньогрецьких філософів Піфагора, Аристотеля та Платона музика розглядалася як ефективний засіб впливу на психіку людини, що допомагає відновлювати внутрішню гармонію. Вже в ті часи відзначалася не лише естетична, а й терапевтична функція музики [73].

Прослуховування класичної музики знижує рівень тривоги, сприяє емоційній стабілізації та формує відчуття гармонії. Так, твори Ф. Шопена

(«Мазурка», «Прелюдії»), Й. Штрауса («Вальси») чи С. Рубінштейна («Мелодії») допомагають зменшити почуття тривожності та невпевненості. Музика Й. С. Баха та Л. ван Бетховена допомагає знижувати дратівливість, а твори Й. Брамса, Ф. Шуберта, К. Дебюссі мають виражений заспокійливий ефект [1, с. 82-84].

Поряд із музикотерапією, яка працює переважно через рук і ритм, останнім часом в Україні в умовах війни поширення набув ще один метод – це хібукі-терапія [103]. Ця назва походить від івритського слова, що означає «обійми». Метод ґрунтується на використанні терапевтичної іграшки, яка стає для дитини засобом вираження тривоги, страхів та прихованих емоцій. Важливою складовою методу є поєднання символічної взаємодії з терапевтичною іграшкою та арт-терапевтичними техніками. Це допомагає працювати з травматичними переживаннями на тілесному, емоційному та смисловому рівнях.

У сучасних умовах війни особливої актуальності в арт-терапевтичній практиці набуває використання пластичних матеріалів, що дозволяють працювати руками та створювати об’ємні образи. Ліплення з пластиліну, глини чи тіста сприяє безпечному вивільненню пригнічених емоцій, зокрема агресії, страхів, фобій та фрустрацій.

Позитивний ефект також демонструє робота з фольгою. Вона добре тримає форму, проте легко рветься, що на символічному рівні відображає тендітність внутрішніх станів людини.

Особливе місце займає фелтінг (використання вовни). Цей природний матеріал активізує глибинні ресурси психіки. Техніки сухого та мокрого валяння можуть мати як терапевтичний, так і ретравматизуючий ефект, тому потребують особливо обережного застосування.

Окрему групу арт-терапевтичних технік становлять методи роботи з природними матеріалами. Серед них особливу увагу привертає пісочна терапія. Пісочна терапія є одним із найбільш виразних методів арт-терапевтичної практики, оскільки відкриває людині шлях до власного внутрішнього світу та дозволяє символічно відтворити життєві переживання. Її витоки пов’язані з аналітичною психологією К. Г. Юнга, який вважав пісок символом життя, а

окремі піщинки - відображенням людей [56]. Головна суть цього методу полягає в тому, що під час створення у пісочниці власні образи та сюжети, дитина чи дорослий може безпечно виразити внутрішні конфлікти, трансформувати негативний досвід і навчитися контролювати власні емоційні імпульси.

Процес пісочної терапії відбувається за допомогою спеціального контейнера блакитного кольору, наполовину заповненого піском, та набору мініатюрних фігурок, які клієнт розміщує на свій розсуд. Пісочниця виступає своєрідною моделлю світу, де можна відтворювати як реальні події, так і фантазійні образи. У такому безпечному середовищі знижується рівень тривожності, долаються страхи, гармонізується психоемоційний стан [54].

Особливої цінності пісочна терапія набуває у кризових і травматичних ситуаціях, зокрема у воєнний час. Працюючи з піском або з його альтернативами (рис, манка, пшоно), дитина може вільно виражати накопичені емоції. О. Тараріна звертала увагу, що під час пісочної терапії дитина переносить власні емоції та почуття на пісок. А можливість спостерігати їх «з боку» знижує інтенсивність страху, сорому, провини, психосоматичних проявів і водночас сприяє допомагає дитині вибудовувати більш гармонійне сприйняття навколишнього світу [3].

Таким чином, пісочна терапія поєднує тілесний досвід, творче самовираження та символічну роботу з архетипними образами. Вона ефективно використовується як для діагностики, так і для корекції чи психотерапії, допомагаючи дитині або дорослому не лише знімати емоційну напругу, але й формувати новий досвід взаємодії з оточенням.

Значущим діагностичним показником вважається перша фігура, яку дитина розміщує у пісочниці, адже вона відображає найбільш актуальну потребу або внутрішню проблему дитини. Важливо дивитись і на те, які фігурки та образи були обрані дитиною, проте не використані у композиції на піску. Додатковим аспектом інтерпретації є назва власної пісочної картини [39, с. 24].

Особливо доцільним для розвитку емоційної сфери дітей поєднувати різноманітні види арт-терапії, наприклад: малювання під музику, лялькотерапію в поєднанні з казкотерапією, музикотерапію разом із казкотерапією та ін.

Загалом, важливо звернути увагу, що ця унікальність та особливість арт-терапії полягає в тому, що вона замінює традиційну взаємодію «терапевт-клієнт» на трикутник «терапевт-творчий продукт-клієнт» [16].

РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація та методи дослідження

В умовах безперервних змін в освітній системі, розробки нових концепцій і програм та в контексті військових дій в Україні важливим є забезпечити найбільш найкращі та доцільні умови для підтримки психічного здоров'я дітей. Це питання особливо актуальне у дошкільному віці, коли формуються основи особистості, емоційна стійкість та здатність до адаптації. Емоційна сфера є ключовим фактором, що визначає емоційне благополуччя дитини [74; 81].

Дошкільний вік є чутливим періодом для змін у когнітивній та емоційній сферах, оскільки інтенсивно формується соціальний досвід, розвивається самосвідомість та формуються поведінкові реакції. Емоційні переживання супроводжують дошкільника на всіх етапах життєдіяльності та проявляються як у позитивних реакціях (наприклад, інтерес чи радість), так і в негативних (тривога, страх тощо). Рівень емоційного благополуччя дитини визначається тим, наскільки врівноваженими є ці позитивні та негативні переживання. Позитивні емоції сприяють гармонійному розвитку, а негативні можуть призводити до внутрішніх конфліктів [81].

Л. Виготський зазначав [74; 81], що емоції є провідними регуляторами поведінки та розвитку в дитинстві, що особливо важливо в умовах високої чутливості до зовнішніх впливів.

Наразі численні дослідження свідчать, що тривожність у дошкільників є досить поширеним явищем. Незважаючи на велику кількість наукових досліджень, проблема діагностики, а також зменшення тривожності у дітей цього віку і на сьогоднішній день не втрачають своєї актуальності. Хоч негативні емоції попереджають про небезпеку і мають захисну функцію, проте якщо дитина довго знаходиться в такому стані, то це може стати причиною появи психосоматичних розладів.

У воєнний час проблема негативних емоцій загострюється, тому необхідно створювати для дитини умови підтримки та безпеки, де діти можуть виражати свої емоції [37, с. 777; 81].

Емоції дітей не можна ігнорувати, оскільки дошкільники ще не вміють самостійно виражати свої емоційні переживання. Доросла людина може регулювати свої емоції та знаходити способи стабілізації свого стану. Водночас дитина опиняється на самоті зі своїми емоційними переживаннями. Можна уявити, що вона немов у «пляшці з темного скла» [76, с. 168], оточена негативними емоціями, які не мають способу вийти назовні, і тому накопичуються всередині, завдають душевних страждань [81].

Сучасні реалії мають сильний травматичний вплив на психіку дітей. Досить поширеними явищами виступають тривожність, агресія, страхи, фрустрація та ін. Перед тим як розробляти план роботи з покращення емоційного стану дітей дошкільного віку, варто дослідити, чи потребує їхній емоційний стан додаткової підтримки в умовах сучасної війни.

Саме тому для ефективного надання психологічної допомоги важливо правильно зробити діагностику емоційного стану дитини, використовуючи відповідний діагностичний матеріал. Це допоможе підібрати ефективні методи корекції та психологічної допомоги [76, с. 169; 92].

Загалом, у широкому значенні, діагностика - це розпізнавання чого-небудь. І вже на основі проведеної діагностики спеціаліст може розпочати корекційну роботу [100, с. 13-15].

Діагностика емоційного стану дитини є складним завданням через вікові обмеження, специфічні вимоги до проведення та часові рамки, а також потребу в додаткових матеріалах і засобах [70, с. 162; 81]. Варто ще раз наголосити, що психодіагностика дітей дошкільного віку має свої особливості [102]. Передусім важливо налагодити позитивний емоційний контакт до початку проведення діагностики. Діти цього віку досить швидко втомлюються і необхідно включити вправи для відпочинку. Також, необхідно не забувати, що оскільки провідна діяльність дітей 3-6 років - ігрова, тому діагностичний інструментарій має бути

відповідним з елементами гри. У роботі з такими дітьми важливо забезпечити емоційне підкріплення, щоб дитина не відчувала, що допустила помилку. Наприкінці роботи обов'язково слід подякувати дитині за виконання завдань.

Тому, в процесі діагностування ми керувалися зазначеними правилами та особливостями роботи з дітьми дошкільного віку. Було встановлено довірливий контакт [67], та створено атмосферу відкритості та безпеки. Як наголошує Т. В. Дуткевич [28, с. 35-39], для зменшення тривожності та занепокоєння у дитини, доцільно використовувати доброзичливий тон голосу, щиру посмішку та невимушену бесіду. Не слід надавати зустрічі надмірної важливості, пояснюючи мету візиту як бажання ознайомитися з малюнками та іграми дитини.

Кожна методика фіксує певні прояви емоцій на основі змін в поведінці, міміці, при виборі кольору, особливостей малюнка. Залежно від критерію, на основі якого фіксується певна емоція, методи поділяють на [92; 81]: 1. методи на основі слухових критеріїв; 2. на основі аналізу поведінки (жести, міміка, рухи); 3. методи вибору кольору; 4. малюнкові методи; 5. тестові методи; 6. інтерактивні засоби (ляльки).

Найчастіше для діагностики емоційного стану застосовуються опитувальники, анкети та спостереження за дітьми. Малюнкові та графічні методи дозволяють оцінити не лише актуальний стан дитини, а й її внутрішні страхи та переживання [76].

Малюнок вважається ефективним і доступним засобом для аналізу світогляду дитини, оскільки дозволяє через символічні образи передавати її внутрішній досвід [37].

Для дитини малюнок не є мистецтвом у традиційному сенсі, а виступає мовою, через яку вона виражає емоційний стан та ставлення до навколишнього світу [74].

Карл Густав Юнг зазначав: «Часто руки знають, як розв'язати те, з чим розум б'ється марно», натякаючи, що тілесне та образне вираження іноді має більш терапевтичний ефект, ніж вербальна рефлексія.

Ще раніше Аристотель писав: «Одна картина варта більше, ніж тисяча слів», що резонує з сучасними уявленнями про візуальну комунікацію як більш прямий та емоційно насичений шлях доступу до несвідомого.

Методи діагностики емоцій на основі вибору кольору є швидкими та простими у проведенні з дітьми. Найвідомішою методикою, яку використовують для визначення емоційного стану на основі вибору певних кольорів є тест М. Люшера [81]. На першому всесвітньому конгресі з психології в 1947 році дослідник вперше представив основні принципи колірної діагностики. Це і поклало початок створення сучасного тесту Люшера [104, с. 236], який визначає емоційний стан дитини на основі вибору кольорів. На сьогоднішній день існує велика різноманітність варіантів проведення тесту М. Люшера. Колір має потужний вплив на внутрішні стани людини на фізіологічному та психологічному рівнях.

У різних дослідженнях науковців, таких як Б. О. Базима, К. В. Бардін, Н. А. Густяков, А. М. Еткінд, Л. Н. Миронова, В. М. Руденко, Л. П. Урванцев, підкреслюється, що колір є живою енергією, яка впливає на настрій, може як підвищувати рівень тривоги, так і сприяти заспокоєнню [104]. Особливо важливо звертати увагу на дію кольору в ранньому дитинстві, оскільки в цей період дитина активно пізнає навколишній світ, і будь-які зовнішні подразники, зокрема колір, залишають глибокий емоційний відбиток.

Методика «Потяг» С. В. Велієва, яка розроблена на базі тесту Люшера, дозволяє визначити ступінь позитивного або негативного психічного стану дитини від двох з половиною років [76, с. 171; 64, с. 50].

Метод діагностики емоцій із використанням ляльки з динамічними рисами обличчя був розроблений в лабораторії Національного університету цивільного захисту України. Ця методика дозволяє психологу визначити, в якому емоційному стані перебуває певна дитина та визначити емоційне ставлення до конкретних життєвих подій або ж до об’єкту (людини) з її оточення [76, с. 172].

Ця м’яка лялька має розмір 27 сантиметрів і не має обличчя. Дитині дають ляльку тієї ж статі (хлопчик або дівчинка), а деталі обличчя (губи, очі та брови)

надаються окремо. Дитина самостійно створює обличчя ляльці, після чого спеціаліст інтерпретує його за зразками та шаблонами з таблиці інтерпретацій. Цей аналіз дає змогу психологу визначити в якому емоційному стані перебуває певна дитина [92].

Методика М. П. Фетіскина «Візуально-асоціативна самооцінка емоційних станів» дозволяє діагностувати емоційний стан дітей віком від двох з половиною років. За цією методикою дитина із 9 масок з відповідними емоціям обирає одну, яка найбільше відповідає її поточному емоційному стану [76, с. 171; 81].

Т. Марцинковська запропонувала свою методику «Маски» для визначення емоційного стану дітей від п’яти років. Дитині пропонують чотири паперові маски: з гарним і поганим настроєм, а також маски керівника та підкореного [30, с. 48].

Застосування сучасних діагностичних методик дозволяє комплексно оцінити емоційний стан дошкільників та виявити можливі труднощі. Використання слухових, поведінкових, колірних, малюнкових, тестових та інтерактивних підходів сприяє глибшому розумінню переживань дитини, що є ключовим для ефективної підтримки, а також збереження емоційного благополуччя [81].

Експериментальне дослідження проводилось з метою діагностики емоційних станів дітей дошкільного віку. На основі результатів передбачалась розробка ефективної арт-терапевтичної програми для корекції виявлених негативних емоційних станів.

Дослідження проводилось в декілька етапів. На підготовчому етапі було здійснено методологічне забезпечення, що включало вибір оптимальних психодіагностичних інструментів та формування репрезентативної вибірки дошкільників.

Експериментальною базою дослідження було обрано Заклад дошкільної освіти (ясла-садок) № 580 «Ольвія» комбінованого типу Оболонського району м. Києва. Загальна вибірка склала 30 респондентів: 14 дівчат та 16 хлопчиків з груп

«Волошки», «Соняшник» та «Дзвіночок». Вік дітей складав від 4 до 6 років (4 роки - 1 дитина, 5 років - 15 дітей, 6 років - 14 дітей).

На початковому етапі дослідження обрали три емоційні стани, які підлягали подальшій діагностиці: тривожність, агресивність та страхи. Згодом було визначено базу дослідження та підібрано методики для дослідження та діагностики зазначених емоційних станів дітей.

При виборі діагностичних методик та для отримання достовірних результатів, ми керувались віком дитини та можливістю дослідити емоційні стани дітей дошкільного віку. Метою емпіричної частини дослідження було виявлення тривожності, агресивності, страхів та загального емоційного стану дошкільників в умовах війни.

Згідно з метою попереднього етапу дослідження застосовувались наступні емпіричні методи: цілеспрямоване спостереження за поведінкою дошкільнят, індивідуальні та групові бесіди, опитування, проведення експериментів та аналіз продуктів творчої діяльності.

Для діагностування рівня тривожності проводили методику «Вибери потрібне обличчя» (Р.Теммл, М.Доркі, В.Амен).

Для діагностування рівня агресивності застосовували методику «Руки» Е.Вагнера.

Для виявлення страхів проводили Казку-тест Луїзи Дюсс «Страх».

Для діагностики загального емоційного стану застосовували проективну методику «Неіснуюча тварина».

Наступний етап - це проведення досліджень, в ході яких здійснювалася діагностика за допомогою обраних методик.

Робота з дітьми проводилась в три етапи: попередня діагностика (діагностичні методики проводились з усіма дітьми (30 дітей). На другому етапі - діти були поділені на 2 групи (експериментальна група налічувала 15 дітей, контрольна - 15 дітей). В Експериментальній групі проводились інтервенції за корекційною програмою з використанням арт-терапевтичних технік, а в

контрольній групі інтервенції не проводились. Третій етап - кінцева діагностика з усіма дітьми, в обох групах (експериментальній та контрольній).

Перед початком роботи з дітьми було отримано письмову згоду батьків на проведення психологічних втручань, діагностики та інтервенцій.

Дітям не повідомляли, що результати будуть оцінюватися, а дослідження проводили у формі гри.

Проведення психодіагностики з дошкільниками вимагає дотримання певних умов: спеціально підготовлене приміщення без візуальних подразників; безпечний простір; позитивний емоційний контакт; рівноправна взаємодія «очі в очі»; певна свобода вибору діяльності або матеріалів; чергування різних видів активностей; час дослідження від 30 до 60 хвилин залежно від віку дитини [23, с. 48; 33, с. 17-23].

Перша діагностична методика «Вибери потрібне обличчя» (Р.Теммл, М.Доркі, В.Амен) призначена для оцінки рівня тривожності у дітей дошкільного віку. Вона може застосовуватись для дітей від 4 до 7 років. Рівень тривожності відображає емоційну адаптацію дитини до соціальних ситуацій, демонструє її відношення до цієї події та надає інформацію про якість взаємодії з однолітками та дорослими, як у сім'ї, так і в колективі. Це дитячий тест тривожності, розроблений американськими психологами Р.Теммл, М.Доркі і В.Амен. Тест містить 14 малюнків, на кожному з яких зображено певну життєву ситуацію для дошкільника. Окремо є малюнки з зображенням дівчат для діагностики дівчат (див. Додаток А) та з обличчями хлопців (див. Додаток Б) відповідно. На картинці саме обличчя дитини не вимальоване, зображено тільки контур голови. До кожного малюнка додаються два зображення голови дитини (усміхнене та сумне обличчя), розміри яких відповідають контурам голови на 14 малюнках. Дослідження проводиться з кожною дитиною індивідуально. Всі ці малюнки пред'являлись дитині в чіткій послідовності від 1 до 14. Дитина сама обирає, яке саме обличчя у дитини з картинки: веселе чи сумне. Вибір дитиною обличчя і її словесні пояснення фіксуються в протоколі (див. Додаток В). Далі робимо кількісний, а також якісний аналіз всіх отриманих результатів.

На стіл перед дитиною кладеться один малюнок і дається інструкція до кожної наданої картинки:

До мал. 1. Гра з молодшими дітьми: «Як ти думаєш, яке у дитини буде обличчя, веселе чи сумне? Він (вона) грає з малюками».

До мал. 2. Дитина і мати з немовлям: «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) гуляє зі своєю мамою і малюком».

До мал. 3. Об'єкт агресії: «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе або сумне?»

До мал. 4. Одягання: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) одягається».

До мал. 5. Гра зі старшими дітьми: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) грає зі старшими дітьми ».

До мал. 6. Укладання спати на самоті: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) йде спати».

До мал. 7. Умивання: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) у ванній».

До мал. 8. Догана: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?»

До мал. 9. Ігнорування: «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе або сумне?»

До мал. 10. Агресивний напад: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?»

До мал. 11. Збирання іграшок: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) прибирає іграшки».

До мал. 12. Ізоляція: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?»

До мал. 13. Дитина з батьками: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) зі своїми мамою і татом».

До мал. 14. Їжа на самоті: «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) їсть».

При обробці результатів необхідно використовувати кількісний та якісний аналіз, завдяки чому виявляється рівень тривожності та може виявити ставлення до певних життєвих ситуацій [61].

Кількісний аналіз отриманих результатів полягає в тому, що на підставі отриманих та занесених у протокол даних, обчислюється індекс тривожності дитини (ІТ). Цей індекс виражається у відсоткову відношенні числа емоційно негативних виборів (сумне обличчя) до загального числа малюнків (14).

ІТ = (число емоційних негативних виборів / 14) * 100%

За індексом тривожності (ІТ) діти розподіляються на три групи:

1. Високий рівень тривожності - ІТ за величиною більше 50%.

2. Середній рівень тривожності - ІТ знаходиться в межах від 20% до 50%.

3. Низький рівень тривожності - ІТ розташовується в інтервалі від 0% до 20%.

Крім того, окремі відповіді також можна детально аналізувати стосовно характеру емоційного досвіду дитини в певних ситуаціях, схожих на ті, які зображені на картинках. Певне проективне значення мають малюнки: № 4 («Одягання»), № 6 («Укладання спати на самоті»), № 14 («Їжа на самоті»). В інструкції зазначається, що діти, які сприйняли ці картинки, як негативні, як правило будуть мати найвищий індекс тривожності. Якщо негативний вибір припадає на картинки №2 («Дитина і мама з немовлям»), №7 («Умивання»), №9 («Ігнорування») та №11 («Збирання іграшок»), такі діти можуть мати високий чи середній індекс тривожності. І найвищий рівень може бути у дітей з негативним вибором наступних малюнків: «Гра з молодшими», «Об'єкт агресії», «Гра зі старшими», «Агресивний напад», «Ізоляція».

Наступна діагностична методика, яку використовували в цьому дослідженні була методика «Руки» Е.Вагнера, яка призначена для того, щоб визначити наявний рівень агресивності. Ця методика містить 10 карток. Із них 9 зображень - це кисті руки і 1 карточка пуста, без зображення (див. Додаток Г). Карточки пред’являються по одній в визначеній послідовності. З самого початку

роботи дитині надається усна інструкція: «Уважно розглянь запропоновані зображення і скажи, що, на твою думку, робить ця рука?». Якщо ж дитина довго не відповідає, то можна задати наступне запитання: «Як ти думаєш, що робить людина, якій належить ця рука? На що здатна людина з такою рукою? Назви всі варіанти, які можеш собі уявити». Картка може демонструватись горизонтально та вертикально.

Усі надані дитиною відповіді заносяться в Протокол (див. Додаток Ґ). В протоколі також фіксується час до першої відповіді в секундах. Бажано, щоб відповідей було не менше чотирьох, але при меншій кількості варто уточнити чи є бажання ще щось додати. Можна задати додаткове питання в такому випадку: «Добре, а що ще?». Якщо надано лише одну відповідь, то в протоколі ця одна відповідь оцінюється як чотири бали).

Проте, діти можуть надати в певних категоріях менше чи більше відповідей. І це також важливо, тому що дві або три агресивні відповіді при умові відсутності відповідей з соціальної кооперації свідчить про високий рівень ворожості.

Коли всі відповіді дитиною надані, то переходимо до обробки результатів та кожну відповідь досліджуваного необхідно віднести до однієї з категорій (цих категорій налічується одинадцять):

Агресія (А). Рука сприймається як домінуюча, завдає шкоди, активно захоплює який-небудь предмет, що здійснює агресивну дію (щипає, дає ляпас, давить комаху, готова нанести удар і т.п.).

Вказівка (У). Рука бере участь у дії імперативного характеру: веде, спрямовує, перешкоджає, панує над іншими людьми (диригує оркестром, дає вказівку, читає лекцію, учитель каже до учня: «вийди геть», міліціонер зупиняє машину і т.п.).

Страх (С). Рука виступає у відповідях як жертва агресивних проявів іншої особи або прагне захистити кого-небудь від фізичних впливів; може сприйматися як така, що завдає пошкодження самій собі. У цю категорію також включаються відповіді, які містять тенденції до заперечення агресії (не зла рука;

кулак стиснутий, але не для удару, піднята від страху рука, рука, відвертає удар і т.п.).

Емоційність (Е). Рука висловлює любов, позитивні емоційні установки до інших людей; бере участь у дії, виражає прихильність, позитивне ставлення, доброзичливість (дружнє рукостискання; поплескування по плечу; рука, що гладить тварину, дарує квіти; обіймає і т.п.).

Комунікація (К). Рука бере участь в комунікативній дії: звертається до кого-небудь, контактує або прагне встановити контакт. Партнери знаходяться в положенні рівності (жестикуляція в розмові, мова жестів, показує дорогу тощо).

Залежність (З). Рука висловлює підпорядкування іншим особам: бере участь в комунікативній дії в позиції «знизу», успіх якої залежить від доброзичливого ставлення іншого боку (прохання; солдат віддає честь офіцерові, учень підняв руку для запитання; рука, протягнута за милостинею; людина зупиняє попутну машину і т .п.).

Демонстративність (Д). Рука різними способами виставляє себе на показ, бере участь у явно демонстративній дії (показує «Ок», милується манікюром, показує тіні на стіні, танцює, грає на музичному інструменті тощо).

Інвалідність (ІВ). Рука пошкоджена, деформована, хвора, нездатна до будь-яких дій (поранена рука, рука хворого або вмираючого, зламаний палець і т.п.).

Активна безособовість (АБ). Рука бере участь у дії, не пов’язаній з комунікацією; проте рука повинна змінити своє фізичне місце розташування, прикласти зусилля (втягає нитку в голку, пише, шиє, веде машину, пливе і т.п.).

Пасивна безособовість (ПБ). Рука в спокої, або спостерігається поява тенденції до дії, завершення якої не вимагає присутності іншої людини, але при цьому рука все ж не змінює свого фізичного стану (лежить, відпочиваючи, спокійно витягнута; людина сперлася на стіл; звісилась під час сну; і т .п.).

Опис (О). У цю категорію входять описи руки без вказівки на вчинені нею дії (пухка рука, красива рука, рука дитини, рука хворої людини тощо).

Максимальна кількість балів, яку може набрати досліджуваний, враховуючи, що він дає по чотири відповіді на кожну картку - 40.

Відповіді, які потрапляють до таких категорій, як «Агресія» та «Вказівка», інтерпретуються як ознаки потенційної готовності до проявів агресивної поведінки та небажання адаптуватися до навколишнього середовища. Категорії «Страх», «Емоційність», «Комунікація» та «Залежність» свідчать про схильність до соціальної адаптації, при цьому ймовірність агресивних дій залишається низькою. Водночас відповіді, що належать до груп «Демонстративність», «Інвалідність», «Активна безособовість» і «Пасивна безособовість», не враховуються при оцінюванні потенційної агресії.

Сумарний рівень агресивності обчислюється за допомогою наведеної формули:

А = (Агресія + Вказівка) – (Страх + Емоційність + Комунікація + Залежність)

Перший компонент формули характеризує рівень агресивних проявів, а другий – фактори, які обмежують або регулюють агресивну поведінку.

Наступна діагностична методика, яка проводилась для дітей була Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх» для виявлення страхів. Необхідно дитині сказати наступне: «Один хлопчик сказав собі тихо-тихо: «Як страшно!» Чого він боїться?». Причому, якщо проводити діагностику з дівчинкою, то перефразувати і сказати наступне: «Одна дівчинка сказала собі тихо-тихо: «Як страшно!» Чого вона боїться?».

Останньою, четвертою методикою у цьому дослідженні була проективна методика «Неіснуюча тварина». Вона спрямована для діагностики емоційного стану дітей, рівня тривожності, агресивності та особливостей самооцінки. У психодіагностиці поняття «проекція» був ведений Л. Франком, який розглядав проективні методики, як «рентгенівські промені, що висвітлюють глибини особистості» [1, с. 75-79].

На думку О. Михайлицької, малюнок дитини є візуальним проявом внутрішнього світу дитини і дає змогу виявити емоційні переживання та

особливості реагування. І коли дитина малює, наприклад, свій страх, а потім зображує на іншому малюнку, як вона долає його, це несвідоме переноситься в площину свідомого. І коли дитина починає обдумувати це, тоді і відбувається самолікування [54, с. 15-17].

Оскільки малюнок дитини дошкільного віку є своєрідною мовою та засобом вираження нею своїх внутрішніх переживань, то слід досить уважно ставитись до всіх деталей на малюнку. Також, з одного боку діагностика за проективними малюнковими методиками досить простий та доступний, а з іншого боку - малоформалізований та суб'єктивний метод. Тому, щоб мінімізувати ризик суб'єктивності, їх варто використовувати в комплексі з іншими психодіагностичними інструментами. Тоді ця методика може підтвердити або спростувати отримані зроблені висновки та результати за допомогою інших методик. Як наголошує Н. Галян, зображувальні методики виконують у психодіагностиці передусім орієнтовну та уточнювальну функції [74].

Обрана нами для попередньої діагностики проективна методика «Неіснуюча тварина» була розроблена практичним психологом М. Друкаревич в 1970-х роках (див. Додаток Д). Дітям роздають білі аркуші паперу А4 та набори олівців. Дітям пропонують намалювати будь-яку неіснуючу тварину, проговорюючи наступну інструкцію на початку: «Придумай і намалюй неіснуючу тварину, тобто таку, якої ніколи і ніде раніше не існувало і не існує. А також назви її неіснуючим ім'ям». У випадку, якщо дитина не знає, що їй малювати та не вміє, то необхідно підбадьорити її і пояснити, що для виконання цього завдання і не потрібно нічого вміти. І оскільки це неіснуюча тварина, то немає значення, яка вона буде. Якщо дитина малює існуючу тварину, то необхідно дати ще один аркуш і повторити інструкцію. Якщо дитина називає тварину чарівною, то завдання вважається виконаним [58, с. 86-97].

Методика цього тесту складається з наступних частин: спочатку дитина створює вигадану тварину, а потім дитина вербально описує свою роботу та тварину, яку зобразила на аркуші.

Дитячий малюнок є важливим інструментом психологічної діагностики, що дозволяє зрозуміти внутрішній світ дитини, дослідити її емоційний стан, потреби, актуальні переживання та рівень психічного розвитку. Це важливо, бо не завжди діти вербально можуть або хочуть виразити свої переживання та емоції. Малюнки виступають своєрідною проекцією неусвідомленої інформації про почуття, думки, страхи, конфлікти та цінності дитини. Також, на дитячому малюнку можемо побачити певні підказки-символи про внутрішні переживання та травми. Таким чином, аналіз дитячих малюнків є цінним джерелом інформації для виявлення психологічних проблем, розуміння внутрішнього світу дитини та планування подальшої корекційно-розвивальної роботи.

Після завершення малюнка з дитиною також індивідуально проводиться бесіда, де дитина розказує про свій малюнок, кого або що вона намалювала, що робить ця тваринка або персонаж на малюнку, де живе і т.д. Іноді предмети можуть інтерпретуватися нами певним чином, проте коментарі дитини можуть або спростувати це або навпаки підтвердити. Тому бесіда є обов'язковою частиною проективних методик.

Для інтерпретації малюнків була використана інформація з Додатку Д. Також слід звертати увагу на таку ознаку підвищеної тривожності, як самовиправлення. Особливу увагу слід звернути і на виправлення, які не поліпшують малюнок. До ознак високої тривожності дитини також можуть вказувати сильний натиск та штрихування, довге налаштування на роботу, стирання та виправлення деталей, відмова малювати саме на запропоновану тематику, малювання тварин в небезпеці.

При аналізі малюнку також варто звертати увагу на розмір та зафарбовування намальованих очей, оскільки їхній збільшений розмір та заштриховані зіниці можуть вказувати на відчуття дитиною страху. Якщо натиск олівця не сильний та малюнок містить мало деталей, то це може свідчити про емоційну чуттєвість дитини та психічну нестабільність. Також, досить важливо звертати увагу на розмір намальованої тварини та її положення на аркуші. Розташування маленької фігури ближче до нижнього краю може свідчити про

невіру дитини у свої сили, про низьку її самооцінку та невпевненість у собі. Великий малюнок свідчить про імпульсивність. Розташування зверху аркуша може свідчити про високу чи навіть завищену самооцінку. Якщо малюнок тяжіє до лівої сторони аркуша, то це може означати імпульсивність та схильність до практичної діяльності, до правої сторони - раціональність, бажання все аналізувати [58, с. 86-97].

Також треба звертати увагу на символи агресивності на малюнку: зуби, кігті, кулаки, зброя, гострі кути.

Відсутність окремих важливих елементів також мають значення при інтерпретації. Це може свідчити про відсутність відповідних аспектів у житті дитини. Якщо якась частина тіла або фігури спотворена, то на це теж звертається увага. Якщо дитина малює кокон, коло або іншу огорожу, то це може свідчити про прагнення дитини відгородитися від інших людей.

Крім аналізу малюнка та його деталей, важливі є саме коментарі дитини стосовно своєї роботи та сенсу, який закладався в цю роботу.

2.2. Діагностика емоційного стану дітей дошкільного віку

Після підготовчого етапу та підбору необхідних методик, ми провели діагностику всієї репрезентативної вибірки - 30 дітей.

Першою для проведення була обрана методика «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен) для діагностування рівня тривожності дітей дошкільного віку. Ця обрана діагностика проводилась індивідуально в окремому приміщенні з кожною дитиною окремо. Дитині по черзі показували малюнки і давали інструкції до кожної наданої картинки, а дитина вибирала сумне чи веселе обличчя для зображеної на малюнку дитини. Всі відповіді заносилися до Протоколу.

Як можна побачити з результатів дослідження, відображених в Додатку Е, високий рівень тривожності мають 11 дітей, 19 дітей мають середній рівень тривожності (результати наведені на Рис. 2.1). Як бачимо, немає жодної дитини, яка мала б низький рівень тривожності.

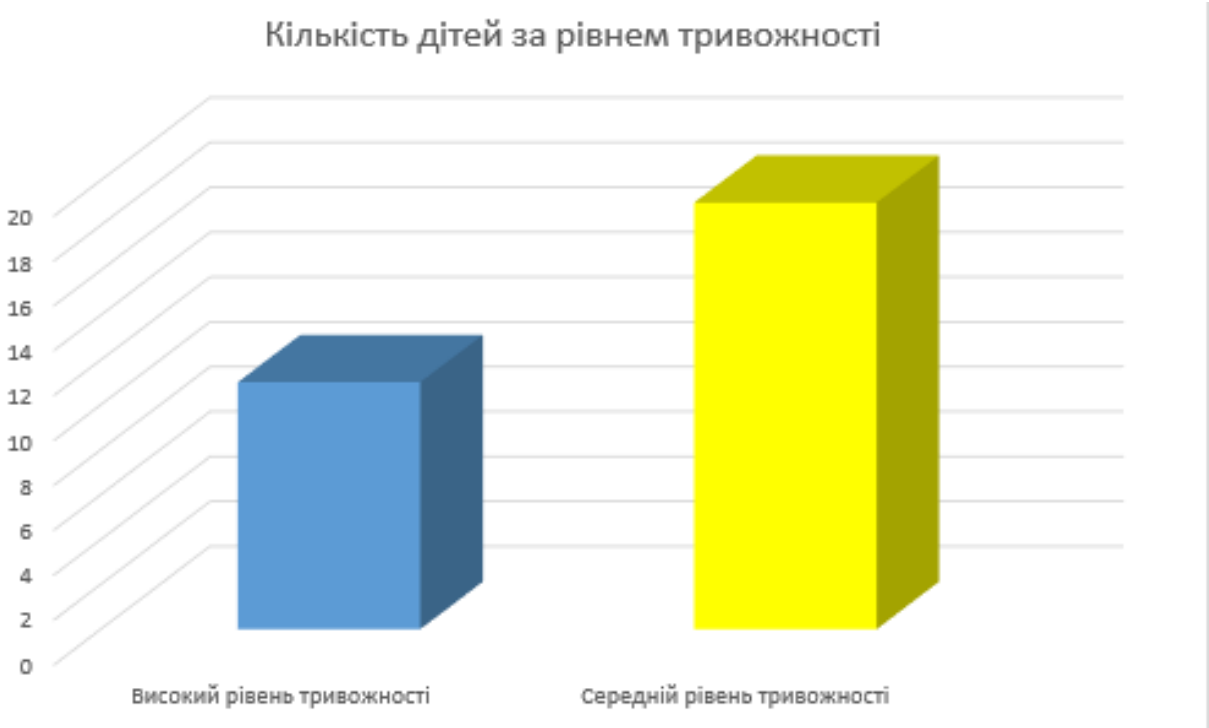


Рис. 2.1. Діаграма з результатами по кількості дітей за рівнем тривожності за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Було проведено також і статистичний аналіз та на Рис. 2.2 відображений розподіл рівнів тривожності у відсотковому значенні всіх дітей дітей: середній рівень тривожності мали 63,33% дітей та високий - 36,67% дітей.

Середнє значення загального рівня тривожності 30 дітей становить 49,29%.

Рис. 2.2. Діаграма зі статистичним аналізом за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Під час проведення якісного аналізу було проаналізовано кожну окрему відповідь дитини та кількість негативних виборів і номери картинок з негативними виборами кожної дитини також наведені в Додатку Е.

1 картинка (гра з молодшими дітьми) сприймалась негативно шістьма дітьми. Це картинка, хоч зображує емоційно-позитивну ситуацію, проте сприймалась негативно саме тими дітьми, у яких були молодші брати чи сестри. Такі діти висловлювали незадоволення, що у них є маленькі брати чи сестри, з якими їх змушують гратися, хоча вони цього не хочуть. Такі діти висловлювали наступні твердження: «братик йому заважає, він сам хотів погратись», «ніхто зі мною не грається», «забирає м'ячик», «сестра заважає» та ін.

2 картинка (дитина і мати з немовлям) була негативною для одинадцяти дітей. Знову ж таки, негативне сприйняття проявлялось у дітей, у яких були сестри чи брати, і яким бракувало уваги мами. При чому, при розмові з такими дітьми, виявлялось, що не всі брати та сестри, до яких було негативне ставлення, були немовлятами, деякі були однолітками або старшими дітьми в сім'ї. Такі діти висловлювали наступні твердження: «йому купили цукерку, а мені ні», «він постійно плаче і хоче молока», «хоче додому, а я хочу гуляти» та ін.

3 картинка (об'єкт агресії) була негативною для 25 дітей. Ця картинка має негативне забарвлення. Діти, які обрали для неї веселе обличчя пояснювали так: «ця дитина любить побігати», «він балується», «грається», «вони веселяться» та ін. Ті діти, які вважали це негативною ситуацію висловлювали, що хтось когось б'є стулом. Проте, одна дитина висловила наступне: «це дядя ображений на сестру, бо вона зламала його іграшку». Деякі діти задавали питання і запитували «навіщо цей чоловік когось б'є та ображає».

4 картинка (одягання) сприймалася негативно сімома дітьми. Такі діти висловлювали наступне: «вона не хоче йти в школу», «йому ніхто не допомагає», «вона сама», «в садок іде», «не може вдягнутись» та ін. Під час бесіди з дітьми з'ясовано причини негативного сприйняття: батьки досить серйозно ставляться до режиму дня, сварять за розкиданий одяг та за неохайне поводження з речами.

5 картинка (гра зі старшими дітьми) сприймалася негативно п’ятьма дітьми. Такі діти висловлювали наступне: «на них чуть не впала драбина», «його образили» та ін.

6 картинка (укладання спати на самоті) сприймалась негативно 22 дітьми. Такі діти висловлювали наступні думки: «не хоче спати», «батьки пішли», «він сам», «нікого немає поруч», «він сильний і сам справиться», «мама й тато не граються», «у неї страшна лялька» та ін.

7 картинка (умивання) була негативною для семи дітей. Ці діти зазначали: «він сам», «не любить мити руки», «сильно гаряча вода» та ін.

8 картинка (догана) сприймалась негативно 27 дітьми. Діти пояснювали це так: «мама сварить», «мама образила», «всі його сварять» та ін.

9 картинка (ігнорування) була негативною для 20 дітей. Вони висловлювали наступне: «її не взяли на ручки», «піднімає на руки брата, а не його», «любить іншого синочка», «він проситься теж на руки, а його не беруть, бо він великий», «не звертають увагу», «дядько любить більше свою дитину», «папа не хоче взяти її на руки» та ін.

10 картинка (агресивний напад) сприймалась негативно 28 дітьми. Такі діти казали: «хоче здути її сукню», «вони не поділять іграшку», «сваряться», «боляче, кров», «злий», «в неї забирають іграшку», «він стріляє», «крадуть іграшку», «він пилою відпилює її руку» та ін. Позитивно картинка сприймалась тільки двома дітьми, які інтерпретували ситуацію, як гру між дітьми.

11 картинка (збирання іграшок) була негативною для 13 дітей. Вони коментували це так: «він сам», «мама сварить», «збирає пазли, але не хоче», «не любить прибирати», «зруйнували башню з конструктора», «мама зруйнувала», «хтось кинув їжу на підлогу» та ін. Тобто негативне сприйняття цієї картинки було характерне для дітей, батьки яких були вимогливими до порядку та чистоти.

12 картинка (ізоляція) була негативною для 20 дітей. Такі діти висловлювали наступні твердження: «у неї щось вкрали», «забирають щось у хлопця з рюкзаку», «два брати пішли без нього», «вони уходять», «втікають батьки», «не зміг знайти собі друзів», «хоче догнати батьків» та ін.

13 картинка (дитина з батьками) була негативною для 3 дітей. Ці діти говорили наступне: «їй не купили іграшку», «злі батьки», «на нього погано дивляться мама і тато» та ін.

14 картинка (їжа на самоті) сприймалася негативно для 13 дітей. Вони зазначали: «сам», «обідає», «не хоче їсти», «творог їсть», «міг порізатись сам», «їсть кашу, але не любить її», «не дали їсти, коли просив» та ін.

На Рис. 2.3 зображена діаграма, де зазначена кількість дітей, які робили негативний вибір по 14 наданим малюнкам. Як видно з Рис. 2.3 найчастіше діти негативно оцінювали 10 картинку (28 дітей), на якій відбувається агресивний напад; 8 картинку з доганою (27 дітей); 3 картинку з об'єктом агресії (25 дітей); 6 картинку з укладанням спати на самоті (22 дитини); 9 картинку з ігноруванням (20 дітей) та 12 картинку з ізоляцією (20 дітей).

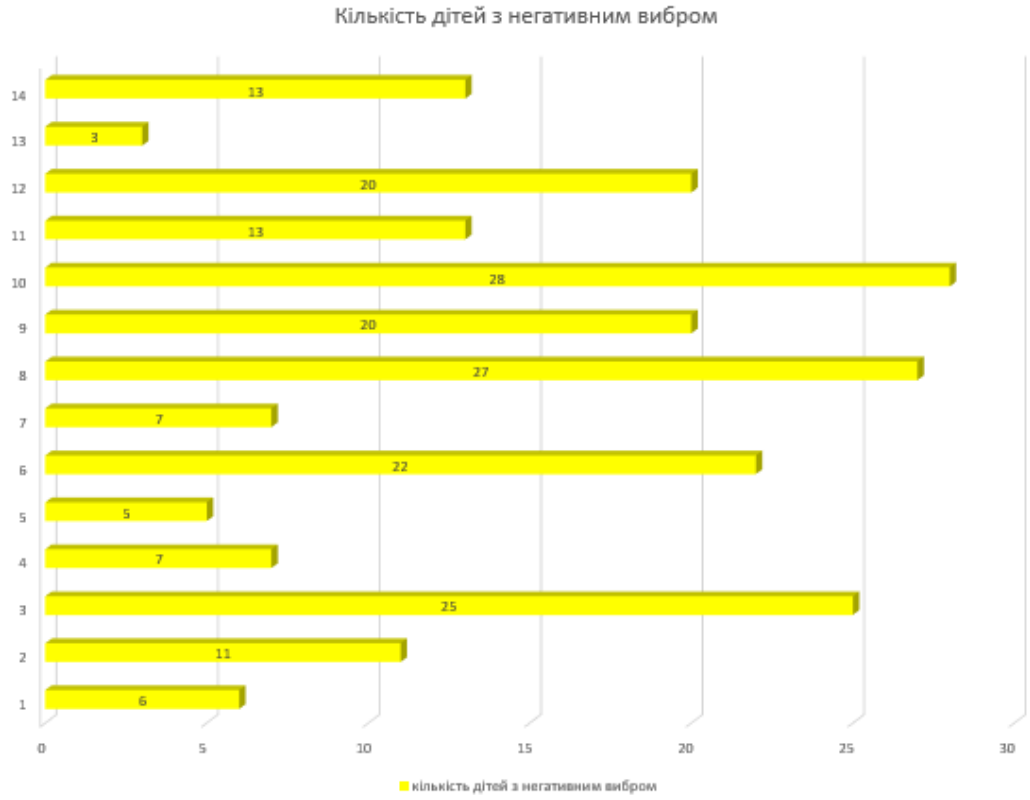


Рис. 2.3. Діаграма з результатами негативних виборів дітей по кожному питанню за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Друга методика, яка проводилась з 30-ма дітьми дошкільного віку з метою попередньої діагностики, була методика «Руки» Е. Вагнера для визначення рівня агресивності. Всі відповіді заносились в Протокол і на стадії обробки результатів отримані відповіді були віднесені до 11 різних категорій: Агресія, Вказівка, Страх, Емоційність, Комунікація, Залежність, Демонстративність, Інвалідність, Активна безособовість, Пасивна безособовість та Опис.

При розрахунку результатів рівня агресивності беруться до уваги тільки показники з наступних категорій: Агресія, Вказівка, Страх, Емоційність, Комунікація та Залежність. Результати по кожному з 30 респондентів наведені в Додатку Ж.

Якщо аналізувати кожну категорію, то варто зазначити, що 15-20 балів в категорії Агресія свідчать про імпульсивність, схильність до конфліктів та агресивних проявів таких дітей. Високий рівень Комунікації (8-16 балів) може бути прагненням до взаємодії, так і приховувати тривожність та залежність від думки оточуючих. У декількох дітей виражена демонстративність (6, 8, 23 бали), що може свідчити про потребу у визнанні, схильності до показової поведінки.

У деяких дітей присутні показники категорії Інвалідність (2-4 бали), що може відображати тривожні уявлення або певний пережитий досвід. Високі показники більшості дітей по категоріям Активна безособовість та Пасивна безособовість свідчать про схильність зосереджуватись на індивідуальній діяльності, без соціального контакту.

Агресивні тенденції оцінюються як поєднання результатів категорій Агресія та Вказівка. Стримуючі фактори оцінюються як поєднання наступних категорій: Страх, Емоційність, Залежність та Комунікація.

Слід також зазначити, що отримані показники агресивності можуть мати як позитивні, так і від’ємні значення. Від’ємні значення агресивності можуть свідчити про приховану агресію та надмірне стримування агресивних проявів. Найменше значення становить «–20» та може свідчити про потенційну приховану агресію, а найбільше значення «+19» відображає досить високий рівень агресії (вона може проявлятись як вербально, так і фізично).

Середні загальні значення по кожній категорії: агресія – 3,47 , вказівка – 3,83, страх – 0,73, емоційність – 2,77, комунікація – 3,23, залежність – 0,07, демонстративність – 2,13, інвалідність – 1,07, активна безособовість – 14,23, пасивна безособовість – 7,13, опис – 1,3.

Згідно з отриманими результатами:

-20 балів агресивності має 1 дитина;

-16 балів – 1 дитина;

-10 балів – 1 дитина;

-8 балів – 3 дітей;

-4 бала – 2 дитини;

-3 бала – 1 дитина;

-2 бала – 1 дитина;

-1 бал - 2 дитини;

0 балів – 3 дітей;

1 бал - 2 дітей;

2 бала - 2 дітей;

3 бала – 1 дитина;

4 бала – 4 дитини;

6 балів - 2 дітей;

12 балів – 1 дитина;

14 балів – 1 дитина;

18 балів – 1 дитина;

19 балів – 1 дитина.

Середнє загальне значення рівня агресивності серед усіх 30 дітей складає 0,5 бала, що демонструє на переважання низького рівня агресивності. Водночас є велика різниця в показниках між окремими дітьми (від -19 до +20), що може свідчити про наявність дітей зі схильністю до пригнічення агресивних проявів, так і дітей із вираженою конфліктністю та агресивністю. Таким чином, ця методика «Руки» Е.Вагнера дозволяє оцінити як явні, так і приховані прояви агресивності у дітей.

У літературі не існує єдиних стандартизованих меж або шкал для поділу рівнів агресивності, тому в межах цього дослідження використано умовну шкалу градацій. Загалом, результати агресивності можна інтерпретувати наступним чином:

від -1 балу і нижче - дуже низький або прихований рівень агресивності;

0 балів - відсутність проявів агресивності;

від 1 до 5 балів - низький рівень агресивності;

від 6 до 10 балів - середній рівень агресивності;

від 11 і вище балів - високий рівень агресивності.

Загалом, у 12 дітей спостерігається дуже низький або прихований рівень агресивності (свідчить про схильність до уникання конфліктів, можливе внутрішнє напруження чи скрита та непроявлена агресія); у 3 дітей відсутні показники проявів агресивності (такі діти стримані, а конфліктні прояви відсутні); у 9 дітей - низький рівень агресивності; у 2 дітей - середній рівень агресивності (у конфліктних ситуаціях можуть бути прояви агресії на вербальному чи фізичному рівнях); у 4 дітей - високий рівень агресивності (вони конфліктні, імпульсивні та агресивно відстоюють свою думку).

Наступна діагностична методика, яка застосовувалася зі всією вибіркою дітей, була спрямована на виявлення страхів за допомогою Казки-тесту Луїзи Дюсс «Страх». Під час діагностики дитині пропонували наступну історію: для хлопчиків: «Один хлопчик сказав собі тихо-тихо: «Як страшно!» Чого він боїться?»; для дівчинки: «Одна дівчинка сказала собі тихо-тихо: «Як страшно!» Чого вона боїться?». Всі отримані відповіді були занесені до таблиці та відображені в Додатку З. Після обробки результатів страхи усіх 30 дітей дошкільного віку були систематизовані та відображені у табл. 2.1.

Таблиця 2.1

Систематизовані результати виявлених страхів у дітей при попередній діагностиці за методикою Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх»

Вид страху	Кількість дітей	Відсоток дітей
Темрява	15	50
Монстри, мумії, зомбі, привиди, Хагі-Вагі	13	43,3
Змії	4	13,3
Павуки, комахи, комарі, жуки	5	16,7
Страх перед фільмами	2	6,7
Хижаки: ведмеді, крокодили, вовки, восьминоги, акули	6	20
Хтось у страшному костюмі чи масці	1	3,3
Страх бути самому вдома або спати наодинці	5	16,7
Пістолет (зброя)	1	3,3
Страх, що ніхто не знайшов, коли заховалась (ігровий/соціальний страх)	3	10
Погані сни	2	6,7
Сварять батьки	2	6,7
Смерть близьких	3	10
Кричать (ймовірно - страх гучного крику або бути об'єктом крику)	1	3,3
Розряджений телефон (страх втрати зв'язку або доступу до гаджетів)	1	3,3

При аналізі отриманих даних, найпоширенішими страхами у дітей дошкільного віку виявились: страх темряви (50%) та фантастичних персонажів (монстри, привиди, зомбі, Хагі-Вагі - 43,3%), на третьому місці - страх хижаків (ведмеді, вовки, акули, восьминоги, крокодили - 20%), далі - страх залишитись наодинці, страх самотності та страх комах (по 16,7%), а також страх змій (13,3%).

Менш поширеними були такі відповіді, як погані сни, страх сварок з батьками, зброї, гучного крику.

Для дошкільного віку характерна поява великої кількості як реальних, так і уявних страхів. Вони можуть бути пов’язані з існуючими загрозами або ж з фантастичними та вигаданими істотами, казковими чи мультиплікаційними персонажами. Окрім того, у деяких дітей виявились нетипові для інших страхи. Наприклад, у однієї дівчинки був сильний страх, пов'язаний з розрядженням телефону, а у одного хлопчика - страх смерті мами. Особливу увагу привернув випадок саме з цим хлопчиком, оскільки результати наступної методики показали інтенсивність його тривожних переживань та страхів. У бесіді з практичним психологом з’ясувалося, що у цього хлопчика нещодавно почали проявлятися певні психологічні проблеми. Це співпало з переглядом в кінотеатрі разом із батьками фільму «Вій», що сильно вплинуло на хлопчика. Він почав малювати чорних великих персонажів із величезними очима і постійно говорити про смерть мами. Наразі з хлопчиком працює психолог та проводить корекційну роботу.

При попередній діагностиці останньою проводилась проективна методика «Неіснуюча тварина» для виявлення загального емоційного стану всіх 30 досліджуваних дітей. Усі малюнки дітей представлені в Додатку И, а інтерпретація результатів проективної методики «Неіснуюча тварина» при попередній діагностиці представлені в Додатку К.

Аналіз малюнків показав наявність як типових, так і специфічних особливостей. Більшість дітей створювали істот шляхом поєднання різних частин відомих їм тварин, але при цьому придумували фантазійні назви цих істот. У багатьох випадках були наявні деталі, які пов’язані з силою та небезпекою (роги, кігті, зуби), що може вказувати на наявність внутрішньої агресії, відчуття небезпеки та бажання захиститись від чогось або від когось. Водночас у значної частини дітей виявились ознаки підвищеної тривожності, про що може свідчити наявність темних кольорів, сильний натиск олівця, акценти на зубах та очах. Крім того, у частини дітей наявні монстри, зомбі, темні фігури, що

може свідчити про страхи та відчуття певної небезпеки. У деяких дітей простежується відображення реальних життєвих переживань на малюнку (відстороненість, вплив страшних фільмів).

Загальний аналіз малюнків по методиці «Неіснуюча тварина» підтвердив високий рівень тривожності у значної частини обстежених дітей, страхів та окремі прояви скритої агресії. Найтиповішими ознаками тривожності були: маленький розмір зображення, розміщення їх близько до краю аркуша, сильний натиск олівця, часте штрихування, темні кольори та інші деталі. Типовими ознаками агресивності були: кігті, зуби, гострі кути, роги та інше. Великі очі та зображення фантастичних або загрозливих істот свідчили про наявність страхів у дітей.

Таким чином, результати методики «Неіснуюча тварина» дали змогу виявити різноманіття емоційних станів дітей дошкільного віку, зокрема: тривожність, явну та приховану агресію, страхи. Ці дані підкреслюють необхідність проведення подальшої психокорекційної роботи.

Проведене експериментальне дослідження дало можливість оцінити емоційний стан досліджуваних дітей в умовах воєнного часу. Вибірка з 30 дітей віком від чотирьох до шести років була репрезентативною для аналізу проявів тривожності, агресивності, страхів, а також загального емоційного стану дітей. Організація дослідження із дотриманням етичних норм роботи з дітьми, створення безпечного і довірливого середовища, налагодження контакту з дітьми та отримання письмово згоди батьків забезпечили достовірність отриманих даних.

Застосування обраних психодіагностичних методик (методика «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен), методика «Руки» Е. Вагнера, казка-тест Л. Дюсс «Страх» та проективна методика «Неіснуюча тварина») дозволило виявити та діагностувати наявні емоційні переживання та рівень тривожності, агресивності та страхів у дошкільників.

Отримані результати попередньої діагностики засвідчили високий рівень емоційної напруги у більшості дітей, що проявлялося у високій тривожності,

страхах, наявності агресивності (явної та прихованої) у дітей. Проективна методика також підтвердила внутрішнє напруження, потребу у захищеності та наявність пережитого стресу у досліджуваних дітей.

Отримані результати підтвердили необхідність корекції цих емоційних станів у дошкільнят, що у свою чергу підкреслює актуальність розробки корекційної програми із застосуванням арт-терапевтичних технік.

Таким чином, проведені та описані результати дослідження в цьому розділі не лише підтвердили актуальність проблеми, але й обґрунтували вибір подальших корекційних заходів, що будуть представлені в наступному розділі.

РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ АРТТЕРАПІЇ

3.1. Розробка та впровадження арттерапевтичної програми

Війна, яка триває вже не перший рік, має руйнівний вплив на всіх. Найбільш травматично вона впливає на психіку маленьких дітей. Навіть якщо дитина не зазнала безпосередньо травми, вона відчуває її опосередковано, оскільки живе в умовах постійної небезпеки, коли чує звуки повітряної тривоги. Військові конфлікти стають причиною розвитку підвищеної тривожності та агресивності у дітей. Тому діти дошкільного віку потребують допомоги у розумінні та проживанні своїх емоцій, у подоланні стресових та тривожних станів [82].

Дошкільний вік - це той період, коли активно засвоюється соціальний досвід, відбувається розвиток самосвідомості та формування поведінкових реакцій. Емоції є невід'ємною частиною життя дитини. Їх не можна ігнорувати, оскільки дітям ще складно самостійно виражати свої емоційні переживання. Тому важливо створити безпечний простір для вираження почуттів та емоцій.

Одним із ефективних засобів психокорекції є арт-терапія. Вона дозволяє дітям безпечно виразити свої почуття та допомагає зняти напругу, покращити настрій, знизити рівень тривоги та агресивних проявів [82].

Організація корекційної роботи вимагає системного підходу та включає: підбір або розробку методів та технік роботи, підбір або складання програми, вибір форми роботи, формування групи, визначення режиму та тривалості занять. При створенні корекційної програми необхідно дотримуватись декількох принципів [1, с. 183-184]: системність розвивальних, профілактичних та корекційних завдань та задач; єдність корекції та діагностики; орієнтація на причини; діяльнісний принцип; звертати увагу на вік дитини, на індивідуальні та психологічні особливості дитини; робота має спиратись на поєднання різних методів психологічного впливу; активне залучення найближчого оточення дитини до корекційної роботи; структурність та логіка побудови програми;

побудова програми від простого до складного; заняття мають бути емоційно забарвлені.

Для подолання виявлених при попередній діагностиці тривожності, агресивності та страхів у дітей дошкільного віку та з урахуванням вищезазначених принципів була розроблена та використана авторська «Корекційна програма для стабілізації емоційного стану, зниження рівня тривожності, агресивності та страхів дітей старшого дошкільного віку «Арт-терапія емоційного стану» (див. Додаток Л). Згодом ця програма була зареєстрована та отримано Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір № 138474 від 04.08.2025 року (див. Додаток М).

Програма розроблена для дітей старшого дошкільного віку 4-6 років і складається з 15 корекційних занять. Тривалість заняття - 45 хв. (з урахуванням ігрових ритуалів привітання та прощання та налаштування на заняття). Заняття проводяться в першій половині дня 1-2 рази на тиждень. Кожне заняття має певну мету. Тривалість циклу - від 1 до 4 місяців. Кількість учасників у групі - 10-15 дітей.

Загальною метою даної корекційної програми є стабілізація емоційного стану дітей шляхом зниження тривожності, агресивності та страхів за допомогою арт-терапевтичних методів; профілактика тривожності, агресивності, невпевненості, імпульсивності та страхів у дітей.

Основними завданнями розробленої та використаної корекційної програми є: корекція емоційного стану; зменшення рівня тривожності; зниження агресивних проявів; зменшення страхів; профілактика проявів тривожності, агресивності, страхів, імпульсивності, невпевненості.

Форми і методи арт-терапевтичної роботи, яка використовувалась в корекційній роботі: ізотерапія, піскова терапія, музикотерапія, казкотерапія, мандалотерапія, глинотерапія та ін.

Кожне заняття має свою структура та складається з:

1. Ритуал початку заняття (ритуал вітання).
2. Основна частина (виконання завдання).

3. Ритуал завершення заняття (ритуал прощання).

Очікувані результати: після завершення корекційної програми у дітей дошкільного віку очікується зниження рівня тривожності, агресивності та страхів, а також покращення здатності до емоційного саморегулювання.

Методи контролю та оцінки результативності програми: Методика «Вибери потрібне обличчя» (Р.Теммл, М.Доркі, В.Амен) - для діагностики рівня тривожності; Методика «Руки» Е.Вагнера - для виявлення агресивності; Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх» - для виявлення страхів; Методика «Неіснуюча тварина» - для діагностики емоційного стану.

Всі заняття починаються та завершуються ритуалами вітання та прощання. Оскільки ритуали, повторювані та вже відомі дитині дії заспокоюють її, а також є значущими елементами для ефективної роботи з дитиною. Ритуали можуть створюватись безпосередньо дитиною під час обговорення або пропонуватися педагогом чи психологом. Досить важливим є, щоб ритуали виконувались на кожному занятті. Згодом дитина поступово може брати на себе відповідальність за виконання ритуалів.

В своїй роботі ми використовували наступний ритуал вітання: діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «Добрий день». Кожне заняття закінчували наступним ритуалом прощання: діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «До побачення». Дітям також дається одна наклейка наприкінці заняття в якості ритуалу закінчення та подяки за виконану роботу.

Повний текст Корекційної програми для стабілізації емоційного стану, зниження рівня тривожності, агресивності та страхів дітей дошкільного віку наведено в Додатку Л. Але нижче представлені приклади трьох занять з розробленої програми.

ЗАНЯТТЯ 1.

Мета: створення позитивної мотивації й зацікавленості дітей на заняттях, згуртування дітей та пошук їх сильних сторін. Зняття емоційного напруження, створення емоційно безпечної атмосфери для подальшої роботи в групі.

Хід заняття

1. **Вправа «Знайомство».**

Інструкція: Діти стають у коло. Одна дитина каже як її звати та «дає п’ять» рукою дитині, яка стоїть справа від неї. І так по колу.

2. **Ритуал вітання.**

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «Добрий день».

3. **Вправа «Картки сили».**

Матеріал: Терапевтичні картки «Картки сили» С.Ройз.

Інструкція: Можна використовувати один із запропонованих варіантів роботи цієї вправи.

Варіант 1: Запропонувати дитині обрати картку, яка їй подобається, і виконати дію, вказану на звороті картки.

Варіант 2: Запропонувати дитині обрати картку, яка їй подобається, і запитати: Чому ти обрав/обрала саме цю картинку? Чим тобі подобається ця тварина? Якби в тебе була сила цієї тварини, що б ти міг тоді робити та як використовувати цю силу? Де всередині тебе зберігатиметься сила образу, що на картці?

4. **Вправа «Я - супергерой».**

Матеріал: аркуш паперу А4, олівці/фломастери/фарби/пензлики.

Інструкція: Дитину просять зробити малюнок того супергероя, на якого дитина має бажання бути схожою. Це може бути персонаж із мультфільму, книги, фільму або власного дитячого задуму. Важливо вказати, якою надзвичайною здатністю він володіє, та придумати для нього ім’я.

5. **Вправа «Дерево настрою».**

Матеріал: Завершуємо це і послідуючі заняття експрес-діагностикою емоційного стану та настрою дитини. Пропоную на кожному занятті

використовувати різний стимульний матеріал. На цьому занятті пропоную використовувати магнітне дерево з яблуками, на яких зображені різні емоції.

Інструкція: запропонувати дитині обрати її настрій і повісити на дерево.

6. **Ритуал прощання.**

Матеріал: наклейки.

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «До побачення». Дітям також дається одна наклейка наприкінці заняття.

ЗАНЯТТЯ 11

Мета заняття: відреагування емоцій, стабілізація емоційного стану дітей.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «Добрий день».

2. **Вправа «Кружечки настрою».**

Матеріал: папір білого кольору з намальованими на ньому 6 пустими колами та кольорові олівці/фломастери/фарби/пензлики.

Інструкція: це модифікація техніки «9 маленьких мандал» А.Коробкіна. Дітям роздаються аркуші з колами і пропонується розмалювати кожне коло з урахуванням того, що 1 коло - це сум, 2 - злість, 3 - страх, 4 - тривога, 5 - радість, 6 - любов.

Після малювання обговорити з дітьми, який кружечок подобається більше і чому, чому саме такі кольори було обрані і т.д.

3. **Вправа «Мандала з повітряного пластиліну».**

Матеріал: заздалегідь намальовані або розпечатані на принтері кола на квадратному аркуші (аркуші А4 необхідно обрізати до форми квадрату) та повітряний пластилін.

Інструкція: розказуємо дітям, що мандала - це малюнок у колі. У мандали, як і у людини, є своє сердечко - центр, з якого завжди починаємо роботу з мандалою. Далі роздаємо дітям ці аркуші з намальованим колом, роздаємо повітряний кольоровий пластилін різних кольорів. І пропонуємо зробити мандалу за допомогою повітряного пластиліну. Далі обговорюємо з дітьми мандали.

4. **Вправа «Танець емоцій».**

Матеріал: класична музика А.Вівальді «Пори року». За бажанням музику можна включати на мобільному телефоні або за допомогою портативних колонок.

Інструкція: дитині пропонують потанцювати під музику. Можна навіть не підіймати стопи, а просто переносити вагу тіла з однієї ноги на іншу.

5. **Вправа «Картки з емоціями».**

Матеріал: Карткова гра «Kimi - Покажи свої емоції».

Інструкція: запропонувати дітям обрати картку, яка відповідає тій емоції, яку наразі відчуває дитина.

6. **Ритуал прощання.**

Матеріал: наклейки.

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «До побачення». Дітям також дається одна наклейка наприкінці заняття.

ЗАНЯТТЯ 13

Мета заняття: зняти емоційну напругу.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «Добрий день».

2. **Вправа «Клякса (монотипія)».**

Матеріал: аркуш білого паперу, фарби та пензлик.

Інструкція: на аркуші паперу дитині пропонують поставити «кляксу», просто хаотично водити по аркушу пензликом з фарбою. Потім пропонується скласти цей аркуш паперу навпіл. Наступний етап - дитина починає розгладжувати та постукувати руками по аркушу. Після проведених дій пропонуємо дитині розкрити аркуш і поспостерігати за тим, що у нього вийшло. Далі питаємо у дитини про її враження, що саме вона побачила, на що це схоже. Малюнок можна покрутити в різні боки і так роздивлятись.

3. **Вправа «Кулька-антистрес».**

Матеріал: повітряна кулька, нитка, борошно, крохмаль та фломастери, лійка.

Інструкція: запропонувати дітям обрати собі кульку, насипати всередину кульки за допомогою лійки борошно з крохмалем, зав’язати ниткою та намалювати гарний настрій на кульках за допомогою фломастерів. Ось і вийшла іграшка-антистрес.

4. **Вправа «Фотографії з емоціями».**

Матеріал: картинки/картки/фотографії будь-яких дітей з яскраво вираженими проявами емоцій.

Інструкція: дітям пропонується обрати з цих картинок ту емоцію, яка наразі відповідає їх емоційному стану.

5. **Ритуал прощання.**

Матеріал: наклейки.

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «До побачення». Дітям також дається одна наклейка наприкінці заняття.

Нижче буде представлений короткий опис кожного заняття з Корекційної програми.

Перше заняття має на меті створення позитивної мотивації й зацікавленості дітей на подальших заняттях, згуртування дітей та пошук їх сильних сторін, зняття емоційного напруження, створення емоційно комфортної атмосфери в групі. На першому занятті до ритуалу вітання необхідно провести вправу на знайомство дітей в групі, навіть якщо діти знайомі. Це варто робити в ігровій формі, що може сприяти заспокоєнню дітей та згуртуванню. Далі проводимо основну частину (на цьому занятті пропонуємо вправу з використанням «Картки сили» від Світлани Ройз; проведення вправи «Я - супергерой»). Завершуємо це і послідуючі заняття експрес-діагностикою емоційного стану та настрою дитини (з чим дитина уходить з заняття). Пропонується на кожному занятті використовувати різний стимульний матеріал для цього. І далі ритуал прощання.

Друге заняття має на меті створити емоційний комфорт, позбутися напруження, знизити прояви страху темряви, знизити рівень тривожності. Заняття починається, як завжди, з ритуалу вітання та закінчується визначенням емоційного стану та ритуалом прощання. В якості основних вправ на цьому занятті пропонується казкотерапія для подолання страху темряви, вправа «Магічні крапочки» (малювання по крапочкам) та малювання пальчиками. Окремо хочемо зупинитись на методиці «Малювання пальцями», в основі якої лежить підсвідоме бажання дітей гратись з брудом руками. І ця техніка виступає своєрідним дозволом у цьому. Цю техніку ще називають Finger-painting, засновницею якої є американська педагогиня Рут Ф. Шоу [101]. Вона ввела його в освітню практику, а згодом в психіатрію та психологію. Ще в доісторичні часи люди використовували пальці для нанесення пігментів на стіни печер, що підтверджує первинність і універсальність цього способу вираження. В українському контексті значущим є вислів В. Сухомлинського про те, що «розум дитини знаходиться на кінчиках пальців» [101]. Ця думка підкреслює важливість сенсорних і моторних дій у розвитку дитини, що робить техніку малювання пальцями не лише розважальною, а й корекційною.

Метою третього заняття є зняття напруги та тривожності, зменшення агресивності, профілактика агресивних проявів у дітей. Початок і закінчення заняття відбувається за допомогою ритуалу вітання та прощання, а також виявлення емоційного стану дітей. Основна робота цього заняття здійснюється з використанням музикотерапії та ізотерапії (інтегративний підхід - діти малюють музику, яку слухають) та вправи з фольгою.

Роботу по зниженню рівня агресивності та тривожності проводимо з дітьми на четвертому занятті. Заняття починається з ритуалу вітання та прощання, а наприкінці зустрічі виявляємо загальний емоційний стан. Основна частина заняття включає в себе казкотерапію (казка «Кактус») та ізотерапію (малюємо кактус).

П’яте заняття допомагає знизити тривожність, попередити або зняти емоційне напруження, а також стабілізувати емоційний стан дітей. Заняття починається з ритуалу вітання та завершується ритуалом прощання, вкінці заняття виявляємо емоційний стан дітей. Основна частина заняття передбачає використання мандалотерапії та пісочної терапії.

Мандала - це малюнок у колі. Вона виступає не лише як діагностичний інструмент, але й як терапевтичний засіб впливу на дітей. Мандала виконує роль своєрідного «термостата» внутрішніх переживань: у процесі її створення дитина поступово врівноважує свій емоційний стан. Малювання мандали після травмуючих подій діє як «дзеркало», у якому відображається внутрішній світ дитини. В періоди сильних переживань емоції та думки дитини стають фрагментованими, але образ мандали допомагає зібрати їх воєдино та відновити гармонію [26]. Карл Густав Юнг одним із перших у європейській науці досліджував мандалу та підкреслював, що вона є шляхом до впізнання власної індивідуальності та внутрішнього центру особистості [72, с. 98-101].

Мета шостого заняття - це донесення нових знань, певної моралі, зменшення рівня страхів, вміння справлятися з негативними емоціями, зняття тривожності та напруги, релаксація та стимулювання позитивних емоцій у дітей дошкільного віку. Не забуваємо про основні ритуали вітання та прощання, а

також на заключному етапі перевіряємо настрій дітей. В основній частині заняття використовуємо казкотерапію для подолання страху темряви, вправу «Каракулі» та музикотерапію.

Сьоме заняття сприяє стабілізації емоційного стану та пошуку внутрішнього ресурсу дітей. Починаємо заняття, як завжди, з вітання. Основна робота здійснюється за допомогою карток Світлани Ройз «Обійманці» та ізотерапії (вправа «Лаподруже»). Перед ритуалом прощання проводимо визначення емоційного стану та настрою дитини за допомогою пісочниці, де діти на піску можуть відобразити свій актуальний настрій.

Восьме заняття повинно сприяти емоційному розвитку дітей, виявленню та допомоги в усвідомленні своїх емоцій, навчанню в розпізнаванні поняття добра та зла та знятті емоційної напруги. Проводимо на початку і в кінці ритуали вітання та прощання та виявляємо настрій, з яким уходять діти з заняття. В основній частині заняття застосовуємо казкотерапію, музикотерапію та ізотерапію (діти малюють такі поняття, як добро та зло).

Дев’яте заняття спрямоване на стабілізацію емоційного стану дітей, розвиток уміння знаходити внутрішній ресурс в сім’ї та зниження тривожності. Заняття розпочинається ритуалом вітання та завершується визначенням емоційного стану дитини та ритуалом прощання. У основній частині заняття застосовуються музикотерапія, пісочна терапія та ізотерапія.

На десятому занятті виявляємо страхи та зменшуємо їх прояв, знижуємо емоційне напруження, допомагаємо відреагувати страхи, розвиваємо впевненість у собі, усвідомлення можливої перемоги над тривогою та страхом. Заняття розпочинається ритуалом вітання, після чого переходимо до казкотерапії (читаємо казку про боязливе зайченя). Далі боремося зі страхами шляхом ізотерапії (діти малюють свій власний страх) та за допомогою повітряного пластиліну моделюють подолання цих страхів. Далі досліджуємо емоції та прощаємось за допомогою ритуалу.

Метою одинадцятого корекційного заняття є відреагування емоцій та стабілізація емоційного стану дітей. Ритуали вітання та прощання, а також

визначення емоційного стану залишаються сталими елементами структури заняття. У основній частині заняття використовуються вправи на роботу з настроєм «Кружечки настрою» (модифікація техніки «9 маленьких мандал» А.Коробкіна). Далі займаємось мандалотерапією за допомогою повітряного пластиліну та музикотерапією і танцювальним видом арт-терапії.

Метою дванадцятого заняття є розвиток уміння відчувати власний емоційний стан та зняття напруги. Заняття розпочинається ритуалом вітання, після чого проводяться казкотерапія, пісочна терапія, малювання на склі та музична терапія. Наприкінці заняття діти відображають свій настрій на піску, після чого проводиться ритуал прощання.

На тринадцятому занятті знімаємо емоційну напругу після ритуалу вітання за допомогою монотипії (вправа «Клякса»), створюємо кульку-антистрес, досліджуємо емоційний стан та прощаємось.

Стабілізація емоційного стану відбувається на чотирнадцятому занятті. Після ритуалу вітання приступаємо з дітьми до ізотерапії та краплетерапії. Закінчуємо дослідженням настрою за допомогою «Дерева настрою» та проводимо ритуал прощання.

Останнє, п’ятнадцяте заняття присвячене розвитку уміння діяти в команді, взаємодіяти, слухати інших дітей, гармонізації емоційного стану та прощанню з групою. Ритуал вітання розпочинає роботу групи. Далі робимо груповий малюнок, складаємо групову казку, проводимо музикотерапію. Діти обирають свій натрій за допомогою «Емоційного кубика» та завершуємо заняття ритуалом прощання.

Варто відзначити, що участь дітей у заняттях з арт-терапії сприяє зменшенню рівня тривожності, стабілізації емоційного стану та врівноваженню психологічного стану. Спостерігається підвищення працездатності, покращення концентрації уваги, розвиток пам’яті та мовлення. Крім того, у дітей зростає самооцінка, впевненість у власних можливостях та силах. Творчий характер арт-терапевтичних занять відкриває для дитини нові ресурси, сприяє глибшому самопізнанню та гармонізації взаємин із соціумом.

3.2. Аналіз ефективності арт-терапевтичної програми у корекції емоційного стану дітей дошкільного віку

Після проведення попередньої діагностики зі всіма дітьми (30 дітей) з використанням чотирьох методик, дітей розподілено на дві групи: експериментальна (15 дітей) та контрольна (15 дітей). В експериментальній групі проводились інтервенції за розробленою корекційною програмою. У контрольній групі інтервенції не проводились. На заключному етапі проводилась кінцева діагностика у цих двох групах з використанням тих самих методик, які були використані при попередній діагностиці. Кінцева діагностика здійснювалась у двох групах для виявлення або спростування ефективності проведених інтервенцій за допомогою арт-терапевтичних технік.

У даному підрозділі наведено аналіз отриманих результатів, які свідчать про ефективність розробленої корекційної програми. При цьому, увагу зосереджено не тільки на динаміці змін в експериментальній групі, а й на показниках контрольної групи. Такий підхід дозволяє наочно простежити відмінності між отриманими результатами двох груп, що може підтвердити або ж спростувати ефективність розробленої та впровадженої корекційної програми.

На етапі кінцевої діагностики першою застосовувалась методика «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен). У Додатку Н відображено узагальнені результати цього етапу дослідження для всієї вибірки (30 дітей). Нижче наведено дані попередньої та кінцевої діагностики окремо для кожної групи (експериментальна - табл. 3.2 та контрольна – табл. 3.1) за методикою виявлення тривожності «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен).

Таблиця 3.1

Результати попередньої та кінцевої діагностики в контрольній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Рівень тривожності у % (попередня діагностика)	Рівень тривожності, значення (попередня діагностика)	Рівень тривожності у % (кінцева діагностика)	Рівень тривожності, значення (кінцева діагностика)
Деніз О.	Дівчинка	6	57,14	Високий	57,14	Високий
Назар К.	Хлопчик	5	42,86	Середній	50	Середній
Андрій Л.	Хлопчик	6	50	Середній	42,86	Середній
Олег Б.	Хлопчик	5	57,14	Високий	57,14	Високий
Діана М.	Дівчинка	5	50	Середній	57,14	Високий
Святослав М.	Хлопчик	5	78,57	Високий	85,71	Високий
Назар Ч.	Хлопчик	6	42,86	Середній	42,86	Середній
Святослав К.	Хлопчик	6	42,86	Середній	71,43	Високий
Поліна Б.	Дівчинка	6	28,57	Середній	42,86	Середній
Єва П.	Дівчинка	5	42,86	Середній	42,86	Середній
Катя О.	Дівчинка	4	28,57	Середній	50	Середній
Міша	Хлопчик	5	78,57	Високий	78,57	Високий
Матвій А.	Хлопчик	5	35,71	Середній	42,86	Середній
Дарина К.	Дівчинка	5	42,86	Середній	35,71	Середній
Дарина Ч.	Дівчинка	5	35,71	Середній	50	Середній

Як видно з табл. 3.1 при проведенні попередньої діагностики в контрольній групі виявилось чотири дитини з високим рівнем тривожності, з середнім рівнем - 11 дітей. При проведенні кінцевої діагностики в контрольній групі шість дітей мають високий рівень тривожності, девять дітей - середній рівень.

На Рис. 3.1 видно, що кількість дітей у контрольній групі під час проведення кінцевої діагностики порівняно з попередньою зменшилась з 11 до 9 осіб із середнім рівнем тривожності за рахунок збільшення кількості дітей з високим рівнем тривожності з 4 до 6 осіб.

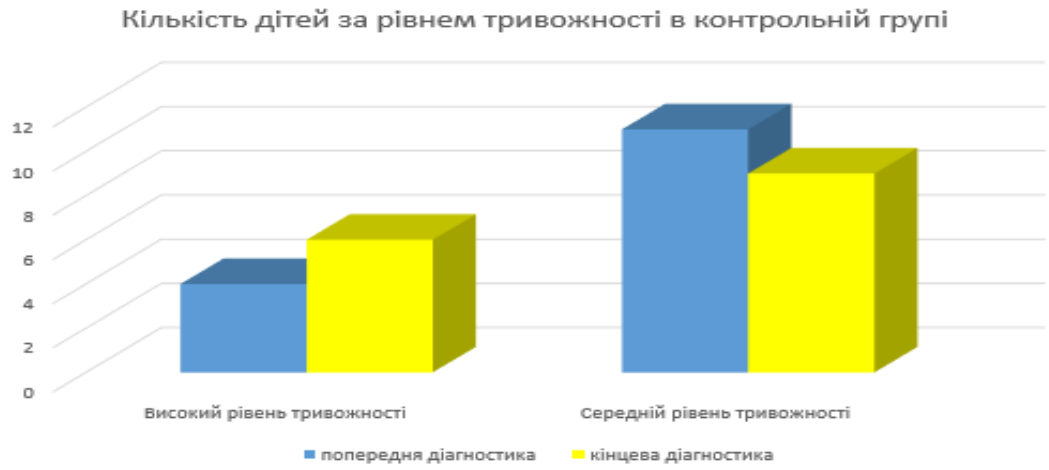


Рис. 3.1. Динаміка змін при проведенні попередньої та кінцевої діагностики в контрольній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Також, варто зазначити, що на Рис. 3.2 наведено розподілення дітей контрольної групи за рівнем тривожності у відсотковому вираженні під час попередньої та кінцевої діагностики.

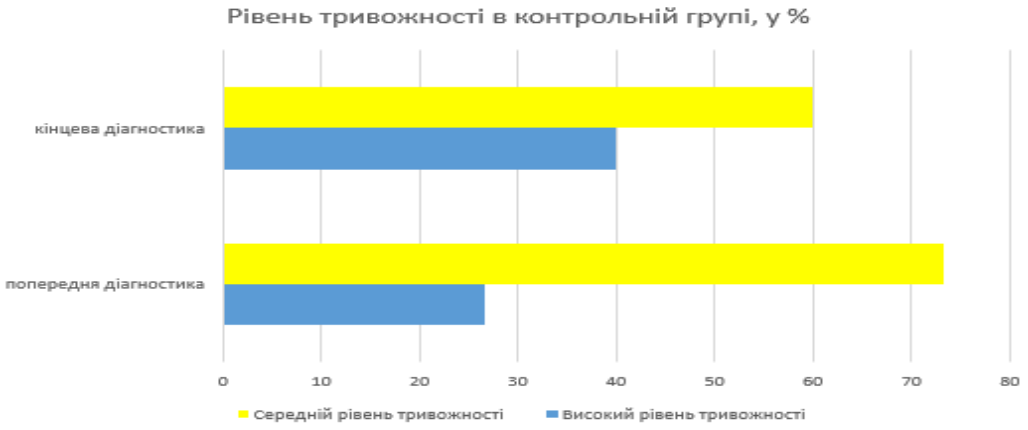


Рис. 3.2. Динаміка змін у кількості дітей у відсотковому значенні при проведенні попередньої та кінцевої діагностики в контрольній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

З представлених результатів можна зробити висновок, що під час попередньої діагностики в контрольній групі середній рівень тривожності становив 73,33%, а високий - 26,67%. За підсумками кінцевої діагностики в контрольній групі середній рівень тривожності знизився до 60%, тоді як високий зріс до 40%. Таким чином, середній рівень тривожності в контрольній групі зменшився на 18,18% за рахунок суттєвого збільшення високого рівня тривожності в цій групі на 49,99%.

Середнє значення загального рівня тривожності у відсотках при попередній діагностиці в контрольній групі складало 47,62%, а при кінцевій діагностиці - 53,81%. Тобто, середнє значення загального рівня тривожності в контрольній групі збільшився на 13% (див. Рис. 3.3).

Рис. 3.3. Динаміка змін в середньому значенні загального рівня тривожності у відсотках при попередній та кінцевій діагностиках в контрольній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Нижче у табл. 3.2. відображений порівняльний аналіз отриманих результатів з попередньої та кінцевої діагностик в експериментальній групі (в

якій проводилась інтервенція з заняттями по арт-терапії) за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен).

Таблиця 3.2

Результати попередньої та кінцевої діагностик в експериментальній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Ім'я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Рівень тривожності у % (попередня діагностика)	Рівень тривожності, значення (попередня діагностика)	Рівень тривожності у % (кінцева діагностика)	Рівень тривожності, значення (кінцева діагностика)
Кирил Є.	Хлопчик	5	64,29	Високий	42,86	Середній
Максим О.	Хлопчик	6	71,43	Високий	57,14	Високий
Кіра Я.	Дівчинка	5	64,29	Високий	42,86	Середній
Назар П.	Хлопчик	6	64,29	Високий	71,42	Високий
Марк	Хлопчик	5	28,57	Середній	21,43	Середній
Мирон Т.	Хлопчик	6	50	Середній	28,57	Середній
Поліна Д.	Дівчинка	5	42,86	Середній	28,57	Середній
Мілана Д.	Дівчинка	6	42,86	Середній	21,43	Середній
Артем Я.	Хлопчик	5	42,86	Середній	42,86	Середній
Єлісей	Хлопчик	5	57,14	Високий	42,86	Середній
Ліза С.	Дівчинка	6	35,71	Середній	14,29	Низький
Кіра Р.	Дівчинка	6	57,14	Високий	35,71	Середній
Матвій Б.	Хлопчик	6	57,14	Високий	42,86	Середній

Каміла Г.	Дівчинка	6	42,86	Середній	21,43	Середній
Мілана Ш.	Дівчинка	6	42,86	Середній	14,29	Низький

Згідно з даними табл. 3.2, у дітей з експериментальної групи при попередній діагностиці у семи дітей виявлено високий рівень тривожності, у восьми - середній та жодної дитини з низьким рівнем. Після проведених корекційних заходів (розроблена та проведена корекційна програма з різноманітними арт-терапевтичними методиками) була проведена кінцева діагностика. Кінцева діагностика в експериментальній групі показала, що кількість дітей з високим рівнем тривожності зменшилась з 7 до 2 дітей, з середнім - збільшилась до 11 дітей за рахунок появи 2 дітей з низьким рівнем тривожності (див. Рис. 3.4) . Тобто, після проведення інтервенцій кількість дітей з високим рівнем тривожності зменшилась на 71,43%, з середнім рівнем збільшилось на 37,5% за рахунок появи дітей з низьким рівнем тривожності.

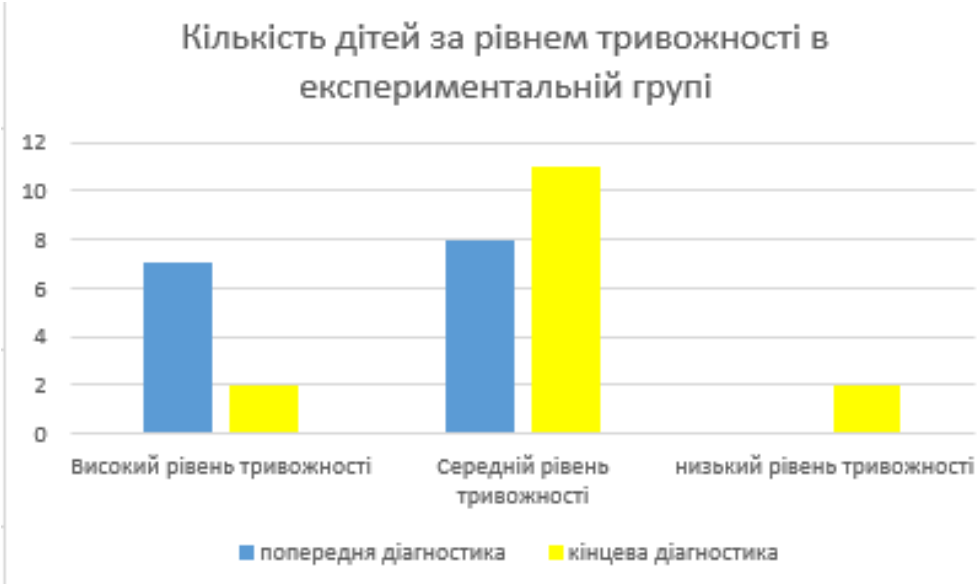


Рис. 3.4. Динаміка змін при проведенні попередньої та кінцевої діагностики в експериментальній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

На Рис. 3.5 вказано рівень тривожності в експериментальній групі у відсотковому значенні: діти з високим рівнем тривожності при попередній діагностиці становили 46,67 %, після проведення інтервенцій - 13,33%, з

середнім рівнем при попередній діагностиці - 53,33%, а після інтервенцій - 73,33%. А також з'явились 13,33 % дітей з низьким рівнем тривожності.

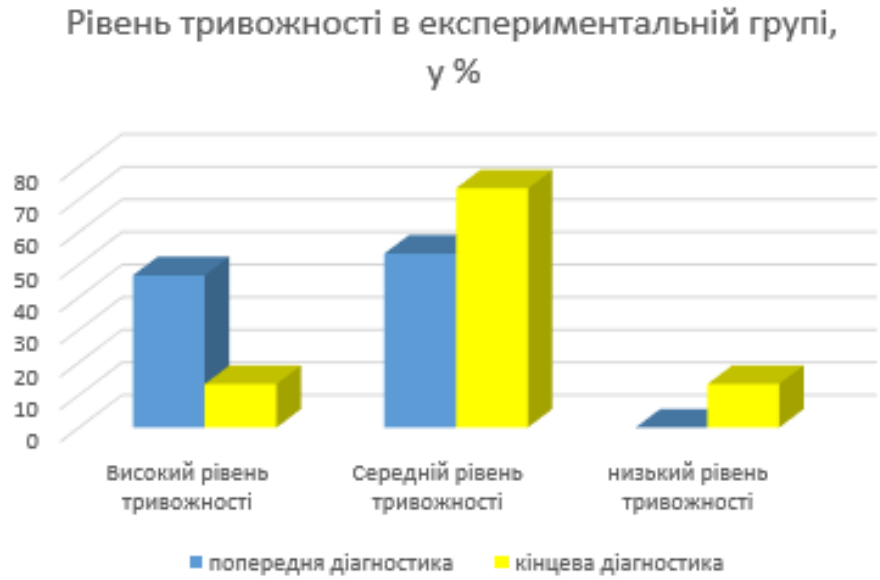


Рис. 3.5. Динаміка змін у кількості дітей у відсотковому значенні при проведенні попередньої та кінцевої діагностики в експериментальній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Середнє значення загального рівня тривожності в експериментальній групі до інтервенцій становило 50,95 %, а після - 35,24 %. Таким чином, проведені інтервенції вплинули на зниження середнього рівня тривожності на 15,71 пунктів, що становить відносне зменшення на 30,84 % від початкового значення (див. Рис. 3.6).

Рис. 3.6. Динаміка змін в середньому значенні загального рівня тривожності у відсотках при попередній та кінцевій діагностиках в експериментальній групі за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

За отриманими результатами дослідження за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен) в експериментальній групі, де проводилися заняття з арт-терапії, загальний рівень тривожності знизився: ситуації, у яких до інтервенції обиралось сумне обличчя, вже після проведення арт-терапевтичних занять, не сприймались як негативні. Отримані результати свідчать про ефективність арт-терапевтичних втручань.

Наступною проводили діагностику за методикою «Руки» Е. Вагнера. Результати кінцевої діагностики всіх 30 дітям відображені в Додатку О. Нижче наведено порівняння результатів попередньої та кінцевої діагностики експериментальної (див. табл. 3.4) та контрольної (див. табл. 3.3) груп за методикою «Руки» Е. Вагнера для визначення рівня агресивності.

Таблиця 3.3

Результати попередньої та кінцевої діагностики в контрольній групі за методикою «Руки» Е. Вагнера

Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Агресивність (попереднє дослідження)	Агресивність (кінцеве дослідження)
Деніз О.	Дівчинка	6	2	1
Назар К.	Хлопчик	5	1	3
Андрій Л.	Хлопчик	6	6	9
Олег Б.	Хлопчик	5	6	4
Діана М.	Дівчинка	5	1	1
Святослав М.	Хлопчик	5	-3	-3
Назар Ч.	Хлопчик	6	-1	-1
Святослав К.	Хлопчик	6	3	3
Поліна Б.	Дівчинка	6	0	1

Єва П.	Дівчинка	5	-10	-6
Катя О.	Дівчинка	4	-2	0
Міша	Хлопчик	5	-4	-4
Матвій А.	Хлопчик	5	12	16
Дарина К.	Дівчинка	5	-8	-8
Дарина Ч.	Дівчинка	5	-8	-6

За даними вищезазначеної табл. 3.3 простежується, що у порівнянні попередньої та кінцевої діагностик контрольної групи, у двох дітей зменшилась агресивність, у шести дітей зросла агресивність та у семи дітей рівень агресивності залишився без змін. Середнє значення агресивності при проведенні попереднього дослідження становило «– 0,33», а при проведенні кінцевої діагностики рівень агресивності збільшився до «0,67» (див. Рис. 3.7).

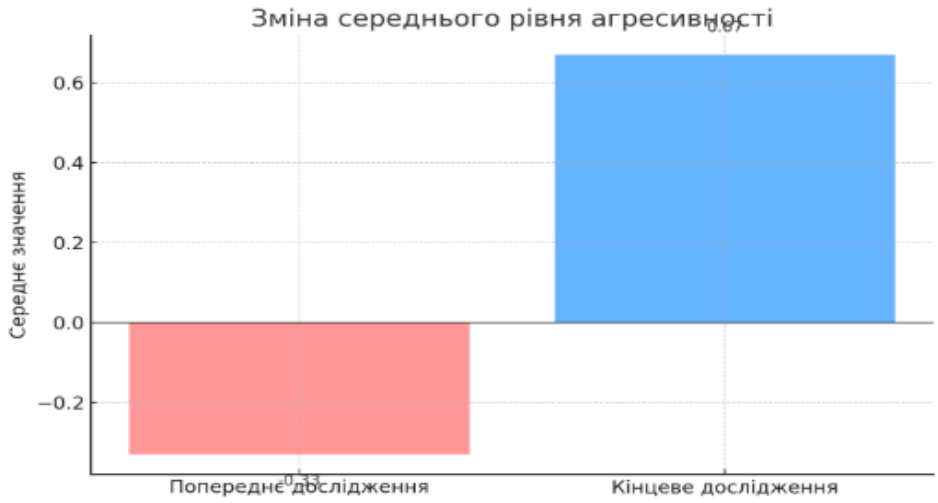


Рис. 3.7. Динаміка змін середнього рівня агресивності при попередній та кінцевій діагностиці в контрольні групі за методикою «Руки» Е. Вагнера

Далі в табл. 3.4 наведено порівняння отриманих результатів при попередній та кінцевій діагностиках в експериментальній групі за методикою «Руки» Е. Вагнера для визначення рівня агресивності.

Таблиця 3.4

Результати попередньої та кінцевої діагностики в експериментальній групі за методикою «Руки» Е. Вагнера

Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Агресивність (попереднє дослідження)	Агресивність (кінцеве дослідження)
Кирил Є.	Хлопчик	5	14	5
Максим О.	Хлопчик	6	-1	-1
Кіра Я.	Дівчинка	5	0	-8
Назар П.	Хлопчик	6	19	12
Марк	Хлопчик	5	-20	-20
Мирон Т.	Хлопчик	6	18	8
Поліна Д.	Дівчинка	5	-8	-10
Мілана Д.	Дівчинка	6	2	0
Артем Я.	Хлопчик	5	4	-2
Єлісей	Хлопчик	5	0	2
Ліза С.	Дівчинка	6	-4	-5
Кіра Р.	Дівчинка	6	-16	-17
Матвій Б.	Хлопчик	6	4	1
Каміла Г.	Дівчинка	6	4	-1
Мілана Ш.	Дівчинка	6	4	-3

Необхідно зазначити, що у 12 з 15 дітей рівень агресивності зменшився, у двох дітей рівень не змінився, а у однієї дитини збільшився рівень агресивності (проте там були певні проблеми в сім’ї).

Середнє значення рівня загальної агресивності в експериментальній групі при проведенні попередньої діагностики становило «1,33 бали», а після проведення інтервенції середнє значення рівня агресивності зменшилось і складало «-2,6 бала» (див. Рис. 3.8). Ці дані свідчать про суттєве зниження агресивності в середньому по експериментальній групі.

Рис. 3.8. Динаміка змін середнього рівня агресивності при попередній та кінцевій діагностиці в експериментальній групі за методикою «Руки» Е. Вагнера

Наступна діагностика проводилась для виявлення страхів у дітей за допомогою Казки-тесту Луїзи Дюсс «Страх». При проведенні кінцевої діагностики більшість страхів у дітей залишились, проте у тих дітей, у яких проводились інтервенції (корекційна програма з арт-терапевтичними методиками) страх темряви та монстрів під ліжком зменшились. У тих дітей, до яких не застосовувались інтервенції, спостерігалась така закономірність: кількість страхів зросла та з'явились нові, такі як бджоли, йти на вулицю, уколи, динозаври, лебеді, купатись в річці, а також додався страх темряви у тих, у кого його не було.

Остання проективна діагностична методика «Неіснуюча тварина» також проводилась при попередній та кінцевій діагностиці зі всіма дітьми. Малюнки з кінцевої діагностики розміщені в Додатку П, а їх аналіз та інтерпретація - в Додатку Р.

Аналіз результатів даної проективної методики дозволив не лише виявити загальні тенденції в емоційному стані дітей, а й простежити індивідуальні особливості, які заслуговують на особливу увагу. У значної частини дошкільників при попередній діагностиці простежувалися ознаки тривожності,

прихованої агресії та захисної поведінки, що відображалося у використанні темних кольорів, надмірній штриховці, великій кількості «захисних» деталей (роги, кігті, великі очі, маски). Однак поряд із цим проявлялися і тенденції до пошуку підтримки та демонстративності. Для значної частини дітей характерним було розташування малюнків у нижній частині аркуша, що свідчить про невпевненість у собі та занижену самооцінку.

Загалом, у контрольній групі простежуються мінімальні зміни, без значних позитивних зрушень. У деяких дітей спостерігалося часткове зменшення кількості тривожних деталей у малюнках, проте загалом емоційний фон залишався напруженим. Так, малюнки Андрія Л. і Святослава М. зберегли тенденцію до використання темних кольорів та наявності захисних елементів (багато лапок, гострі кути, контурні обмеження). Результати показують, що без спеціально організованих психокорекційних інтервенцій позитивні зміни відбуваються повільно.

Водночас в експериментальній групі спостерігалося відчутне зниження рівня тривожності, агресивних проявів та страхів, з’явилося більше яскравих кольорів та позитивних образів, зменшувалася кількість захисних деталей.

Наприклад, Назар П. під час попередньої діагностики зобразив істоту з кровавим дощем і скелетами, що свідчило про високий рівень страху та агресії. Після проведення інтервенції він намалював гуся з меншими очима, що є ознакою зниження страхів у дитини. На другому малюнку також відзначалося зниження натиску олівця, що є ознакою зменшення рівня тривожності.

До проведення інтервенцій Максим О. намалював їжака з руками, ногами та плавниками, з великими очима та зубастим ротом, що свідчило про високу тривожність, невпевненість, певну агресію та потребу у захисті. Після інтервенції він також зобразив їжака, проте очі стали меншими, рот із зубів трансформувався у посмішку, плавників стало менше, з’явилась зачіска, що відображає зменшення тривожності та зниження потреби у захисті. Хоча за іншою діагностикою рівень тривожності залишався високим, але показники знизились з 71,43% до 57,14%.

Наприклад, хлопчик Марк спочатку малював багато гострих кутів та зубів, що є агресивними символами. На другому малюнку сюжет змінився - дитина зобразила вимикач світла. Цікаво, що при діагностиці страхів за іншою методикою, він зазначав, що боїться темряви. На другому малюнку Марк описує сюжет, що людина прокручує в голові певні думки та знаходить вихід, як не боятись темряви: потрібно знайти вимикач світла і увімкнути його.

У Мирона Т. перший малюнок був невеликим. Після проведення арт-терапевтичних вправ з корекційної програми він намалював малюнок, який займає вже половину аркуша. Це свідчить про покращення самооцінки дитини. На малюнку він зобразив позитивного динозавра з посмішкою.

Кіра Я. на початку малювала темну сороку з великими очима, а після арт-терапії зобразила яскравого котика у морозиві з використанням яскравих кольорів. Також на першому малюнку було виправлення: спочатку вона хотіла намалювати ведмедя, але намалювала сороку, що може вказувати на наявність нерішучості.

Вартий уваги і випадок Діани М., яка на початку дослідження створила зображення жука з великою кількістю рук і ніг, що символізувало прагнення до самозахисту. На другому малюнку спостерігається зменшення кількості захисних елементів, а кольорова гамма стала різноманітнішою. Це демонструє зниження тривожності та підвищення впевненості у собі.

До проведення інтервенцій Каміла Г. зобразила кота-єдинорога з великим рогом, гострими вухами, великим хвостом та промальованими очима, що вказувало на високу тривожність, велику кількість страхів, потребу в захисті та агресивність. Відсутність рук у істоти демонструвала недостатність підтримки. Після інтервенцій малюнок містив фантастичну істоту на зеленій траві з усіма кінцівками, меншими очима та відкритим ротом, що відображає зменшення агресивності, тривожності та страхів, а наявність усіх кінцівок свідчить про присутність необхідного рівня підтримки зі сторони оточення.

В цілому, отримані результати дослідження свідчать про дієвість та ефективність розробленої корекційної програми, а використання арт-

терапевтичних інтервенцій знижує тривожність, прояви агресивності та зменшує страхи у дошкільників.

Діти з експериментальної групи за умови продовження роботи за корекційною програмою матимуть тенденцію до стабілізації емоційного стану, зменшення тривожності та агресії, розвитку позитивних соціальних навичок і зменшення страхів.

Діти контрольної групи без втручання психолога залишаються в групі ризику подальшого підвищення тривожності та агресивної поведінки, що потребує подальшої індивідуальної або групової психологічної допомоги.

Загалом, своєчасна психокорекція дозволяє зменшити деструктивні емоційні прояви і сприяє гармонійному розвитку особистості дитини.

ВИСНОВКИ

Метою даного дослідження було вивчення ефективності арт-терапії як методу корекції емоційного стану дітей дошкільного віку в умовах війни. В тому числі, гіпотеза, висунута на початку дослідження, була підтверджена. Було експериментально доведено, що використання арт-терапевтичних методів сприяє поліпшенню емоційного стану дітей та є ефективним для зменшення проявів агресії, тривожності та страхів в умовах війни.

Повномасштабна війна та вторгнення росії в Україну є дуже травмівною подією для дорослого населення, а тим більше для українських дітей. Переживання постійної небезпеки, втрат, відриву від дому чи рідних стають потужними травматичними факторами. У результаті у багатьох дошкільників спостерігаються підвищена емоційна чутливість, страхи, дратівливість, труднощі у спілкуванні та регуляції поведінки. Тому особливої актуальності набуває питання своєчасної діагностики цих станів та психологічної допомоги, що дозволяє зменшити наслідки травматичних подій і сприяти адаптації дітей.

Арт-терапію можна виділити, як один із дієвих та ефективних методів психологічної підтримки дітей, оскільки вона забезпечує природний спосіб вираження внутрішніх переживань через малюнки, казку, гру, ліплення тощо. Саме у творчому процесі дитина може безпечно прожити свої страхи та тривоги.

Арт-терапія виступає ефективним засобом корекції тривожної та агресивної поведінки у дошкільників. Цей метод поєднує різноманітні прийоми та засоби, спрямовані на формування позитивних життєвих цінностей та розвиток емоційної сфери дошкільників. Практичні заняття із застосуванням арт-терапевтичних методик дозволяють дітям розуміти, усвідомлювати та виражати власні емоції, долати страхи та знаходити внутрішню гармонію. Все це є особливо актуальним в умовах військових дій, що тривають в Україні сьогодні.

Проведена експериментальна частина дослідження включала в себе: попередню діагностику емоційного стану всіх 30 дітей, яка виявила високу тривожність, присутність страхів, проявів агресивності (явних та прихованих).

За результатами дослідження були сформовані дві групи: експериментальна та контрольна. Це дозволило відслідкувати динаміку змін в емоційному стані дітей. Після впровадження корекційної програми проведена повторна діагностика виявила позитивні зміни в емоційному стані дітей саме в експериментальній групі. Це підтвердило гіпотезу, що використання арт-терапевтичних методів сприяє поліпшенню емоційного стану дошкільників в умовах війни та те, що терапія творчістю є ефективною для зменшення проявів агресії, тривожності та страхів у дошкільників.

Метою розробленої корекційної програми було зменшення проявів тривожності, страхів та агресивності у дітей засобами арт-терапевтичних технік. Програма мала на меті розвиток емоційної регуляції, вираження внутрішніх переживань через творчість, зняття психоемоційного напруження та формування відчуття безпеки у дітей.

Для корекції тривожних та агресивних проявів була розроблена спеціальна авторська арт-терапевтична програма для дітей дошкільного віку, що охоплює 15 занять по 45 хвилин кожне. Процес впровадження програми включав кілька етапів: проведення початкової (попередньої) діагностики, реалізацію корекційно-розвивальної роботи та підсумкову (кінцеву) діагностику ефективності втручання.

Проведене експериментальне дослідження показало, що арт-терапевтична програма позитивно вплинула на дітей. Вони стали спокійнішими, з’явилася більша відкритість у спілкуванні, підвищився рівень довіри до дорослих, знизилася кількість проявів агресії та тривожності, зменшився прояв дитячих страхів. Після участі у програмі діти частіше демонстрували самовпевненість і водночас підвищили здатність до саморегуляції.

У науковому аспекті дослідження підтвердило, що арт-терапія може розглядатися як один з найефективніших методів психологічної допомоги саме дошкільникам у кризових умовах, зокрема під час війни. Отримані результати мають практичну цінність, оскільки розроблену авторську корекційну програму можна адаптувати і використовувати як у закладах дошкільної освіти, так і в

роботі практичних психологів, соціальних педагогів, а також у домашніх умовах за участю батьків. Це дозволяє охопити ширше коло дітей і забезпечити безперервність психоемоційної підтримки.

Слід зазначити, що психологічна реабілітація дітей, які пережили травму війни, є складним і тривалим процесом, що потребує комплексного підходу. Арт-терапія не є універсальним та єдиним засобом, але може ефективно поєднуватися з іншими психокорекційними методиками. Важливим також є робота не лише з дітьми, а й з їхнім найближчим оточенням. Тільки спільними зусиллями дорослих можливо створити умови, у яких дитина почуватиметься більш захищеною, а процес відновлення її психіки буде більш ефективним.

Майбутні дослідження передбачають впровадження нових інноваційних технік арт-терапії (музикотерапія, драматерапія, маскотерапія, фелтінг і т.д.) в роботу з дітьми, а також дослідження впливу арт-терапевтичних програм на інші аспекти розвитку дітей (когнітивний, мовленнєвий, соціальний). Актуальним є вивчення можливостей інтеграції арт-терапії у сімейне виховання, що дозволить батькам стати активними учасниками психологічного відновлення своїх дітей.

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що дослідження підтвердило ефективність арт-терапії як одного з ключових методів психологічної підтримки дошкільників у період війни. Застосування арт-терапії сприяє не лише стабілізації емоційного стану, але й розвитку внутрішніх ресурсів дитини, формуванню впевненості та віри у власні сили. Такий досвід має довготривалу цінність, оскільки забезпечує умови для гармонійного розвитку особистості в подальшому та для формування психічно стійкого суспільства загалом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрушко Я. С. Психокорекція: навч.-метод. посібник / Я. С. Андрушко. Львів: ЛьвДУВС, 2017. 212 с.

2. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи / за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. Колективна монографія. Львів: ЛьвДУВС, 2023. 283 с. Режим доступу: https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/6082 (дата звернення: 14.02.2025).

3. Атаманчук Н. М. Психологічна підтримка дітям під час війни: ресурс арт-терапії / Н. М. Атаманчук // *Актуальні проблеми наступності дошкільної і початкової освіти*: збірник матеріалів VIII Міжнародної науково-практичної конференції. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, кафедра теорії та методик дошкільної освіти; [відпов. секр. К. І. Демчик]. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2022. 252 с.

4. Баташева Н. І. Особливості діагностики емоційного розвитку дошкільників із затримкою психічного розвитку / Н. І. Баташева // *Науковий вісник Херсонського державного університету.* Серія : Психологічні науки. 2016. Вип. 6(1). С. 186-190. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_6(1)__35.

5. Берлач О. П. Роль арттерапевтичних практик в умовах російсько-української війни / О. П. Берлач // *Cultural and artistic practices: world and Ukrainian context: Scientific monograph*. Riga, Latvia, 2024. С. 26-41.

6. Біда О. Різні підходи до визначення арт-терапії / О. Біда // *Педагогічний часопис Волині*. 2018. № 4(11). С. 14-19.

7. Бондаренко Л. О., Шелкошвеєв І. В. Простір арт-терапії для зцілення дітей в умовах війни / Л. О. Бондаренко, І. В. Шелкошвеєв // *Особистість, суспільство, війна* : тези доп. учасників міжнар. психол. форуму (м. Харків, 15 квіт. 2022 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Нац. поліція України та ін. Харків : ХНУВС, 2022. С. 30–32.

8. Борщенко Н. О. Використання засобів арт-терапії у формуванні емоційної стійкості дітей дошкільного віку / Н. О. Борщенко // *Педагогічні науки*, (195), С. 159-163. https://doi.org/10.36550/2415-7988-2021-1-195-159-163.

9. Бугера Ю. Ю. Арттерапевтичні методи у роботі корекційного педагога / Ю.Ю. Бугера, Н.М. Дідик // *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки).* 2020. Т. 2, Вип. 16. С. 36-46.

10. Будник А. В. Графічний дизайн як засіб арттерапевтичної підтримки в період війни / А. В. Будник, І. О. Гошко // *Культура України*. 2023. Вип. 82. С. 35-43. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ku_2023_82_6.

11. Ваганова Н. Використання арт-терапії в роботі з дітьми // *Суспільство для психічного здоров'я особистості: взаємодія родини, освіти, громади* : зб. наук. праць [за матеріалами Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф., Україна, Житомир, 24 листоп. 2022 р.] / ред. кол.: Г. Пирог, Н. Портницька, І. Тичина / М-во освіти і науки України, Житомирський держ. ун-т імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2023. С. 53–55.

12. Ваганова Н. Психолого-педагогічні аспекти забезпечення психічного здоров'я дітей у сучасних умовах // *Психологічна допомога особистості у воєнний період*: матеріали VII Всеукр. психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», м. Умань, 18 квіт. 2024 р. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини, Ф-т соц. та психологічної освіти та [ін.]; [редкол.: С. Ю. Діхтяренко, Л. А. Данилевич, А. В. Шулдик, О. О. Андрусик]. Умань, 2024. С. 90–94.

13. Вайнола Р. Х. Профілактика негативних психоемоційних станів молодших школярів засобами арттерапії / Р. Х. Вайнола, Н. Б. Косюк // *Зб. наук. пр. Кам'янець-Подільськ. нац. ун-ту ім. І. Огієнка*. Сер. : Соціально-педагогічна. 2015. Вип. 25. С. 15-24.

14. Власюк М. Арт-терапія: лікування мистецтвом [Електронний ресурс] / М. Власюк. Освіта.ua, 03.02.2009. Режим доступу: https://osvita.ua/school/method/teacher/2624/ (дата звернення: 11.08.2025).

15. Вознесенська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості // *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки:* зб. наук. праць Київський національний університет імені Тараса Шевченка. К.: КНУ імені Тараса Шевченка, 2015. № 3 (29). С. 40–47.

16. Вознесенська О.Л. Можливості арт-терапії в подоланні психічної травми / О.Л. Вознесенська / *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій*: зб. статей / Ін-т соціальної та політичної; Представництво Польської академії наук у м. Києві; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. К. : Міленіум, 2015. С. 98-110.

17. Вознесенська О. Л. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям. Київ: Human Rights Foundation, 2015. 50 с.

18. Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії / О. Войтовська // *Нова педагогічна думка*. 2020. № 2. С. 68-71. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npd_2020_2_16.

19. Волошин В. Арттерапія і психологічна травма // *Простір арттерапії*: збірник наукових праць. 2019. Вип. 2(26). С. 32–40.

20. Вольнова Л. Чинники виникнення та посилення проявів тривоги у дітей дошкільного віку / Л. Вольнова, Д. Ганна // *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки. 2020. Вип. 9. С. 32-45. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2020_9_5.

21. Гончарук Н. М. Психологічні засади впливу сімейного виховання на емоційний розвиток дітей старшого дошкільного віку / Н. М. Гончарук, Л. А. Онуфрієва // *Психологічний часопис*. 2019. Т. 5, № 7. С. 148-160. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2019_5_7_12.

22. Горшкальова Т. Арт-терапія як метод психокорекції та інноваційних психолого-педагогічних технологій особистості. *ГРААЛЬ НАУКИ*. 2021. Вип. 10. с. 392-395. Режим доступу: https://doi.org/10.36074/grail-of-science.19.11.2021.078.

23. Гріньова О. М., Терещенко Л. А. Дитяча психодіагностика: навчально-методичний посібник. Вінниця: Нілан-ЛТД, 2015. 227 с.

24. Гульчук О. Емоційно-психологічна підтримка дітей внутрішньо переміщених осіб дошкільного та шкільного віку в період воєнного стану. К. 2022. С. 16-20. Режим доступу: URL:https://kaf-korped.kpnu.edu.ua/vypusk-4_kyiv.pdf (дата звернення 14.04.2025).

25. Дзюбас Н. Мандалотерапія. Стабілізація емоційних станів // *Арттерапія в роботі психолога: інноваційні підходи* : зб. матер. V Всеукр. наук.-практ. конф., 23–27 жовт. 2023 р. / уклад. О. Е. Жосан. Кропивницький : КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2023. С. 39–42.

26. Дорогавцева О. Малювання мандали по крапках як засіб стабілізації емоційного стану // *Простір арттерапії: мистецтво відновлення психічного здоров'я в часи війни* : матер. XX Міжнар. міждисциплінар. наук.-практ. конф. (31 берез. – 2 квіт. 2023 р.) / за наук. ред. О. Л. Вознесенської, Л. О. Подкоритової. Київ, 2023. С. 133–137.

27. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія: навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 424 с.

28. Дуткевич Т. В. Дитяча розвивально-корекційна психологія (Теоретичний курс): навч. посіб. К.: КНТ, 2017. 265 с.

29. Заболотня О. Казкотерапія, як сильний психотерапевтичний інструмент // *Арттерапія в роботі психолога: інноваційні підходи* : зб. матер. V Всеукр. наук.-практ. конф. (23–27 жовт. 2023 р.) / уклад. О. Е. Жосан. Кропивницький: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2023. С. 50–53.

30. Загадковий світ емоцій. Розвиток емоційної сфери дошкільників / Упоряд. І. В. Молодушкіна. 2-ге вид. Харків : Вид. група «Основа», 2011. 208 с.

31. Замелюк М. І. Арт-терапія як засіб творчої самореалізації особистості / М. І. Замелюк, Л. І. Магдисюк, Н. В. Ольхова // *Психологія: реальність і перспективи*. 2018. Вип. 10. С. 50-57. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2018_10_10.

32. Замелюк М. Казкотерапія як інноваційна здоров'язбережувальна технологія у просторі сучасного дошкільного закладу // *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2017. Вип. 2 (351). С. 14–19.

33. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби : [метод. рек.] / авт.-упор.: В. М. Горленко, В. Д. Острова, Н. В. Сосновенко, І. І. Ткачук ; за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 106 с.

34. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2023. 221 с.

35. Іванова Т. Тривога як психологічний феномен / Т. Іванова // *Вісник Львівського університету*. Серія: Психологічні науки. 2020. Вип. 6. С. 72-78. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlups_2020_6_13.

36. Іщенко Л. В., Скрипник Н. І. Корекція емоційного розвитку дошкільника засобами образотворчої діяльності у спільній взаємодії педагогів і батьків. *Перспективи та інновації науки***.** Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина». 2024. № 11(45). С. 390–399. DOI: 10.52058/2786-4952-2024-11(45)-390-399.

37. Іщенко Л., Кравчук Н. Теоретичні аспекти дослідження проявів негативних психічних станів дітей старшого дошкільного віку в умовах війни // *Перспективи та інновації науки***.** 2024. № 5(39). С. 777–789.

38. Казкотерапія в психологічному консультуванні дітей та дорослих : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. III–IV рівнів акредитації / Людмила Іванівна Магдисюк, Раїса Петрівна Федоренко, Марія Іванівна Замелюк. Луцьк: Вежа-Друк, 2019. 152 с.

39. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.

40. Карамишева О. Вплив сім'ї на емоційний розвиток дитини середнього дошкільного віку / О. Карамишева // *Педагогічний процес*: теорія і

практика. 2019. Вип. 1-2. С. 93-99. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pptp_2019_1-2_13.

41. Карапетрова О. В. Використання методів арт-терапії у роботі психолога з корекції тривожних станів особистості. *Вісник університету імені Альфреда Нобелі*. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки. 2020. № 2 (20). С.34–39 DOI: 10.32342/2522411520202204.

42. Касумова О. С. Психологічний супровід розвитку емоційної сфери дітей дошкільного та молодшого шкільного віку засобами арт-терапії // *Арт-терапія в роботі психолога: інноваційні підходи* : зб. матер. Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. (20–27 квіт. 2021 р.) / уклад. О. М. Молчанова; за заг. ред. О. Е. Жосана. Кропивницький: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2021. С. 66–69.

43. Кітура О. Групові заняття з використанням арт-методик для дітей [Електронний ресурс] / Ольга Кітура. Режим доступу: https://drive.google.com/file/d/1CpqMP74ajVgqhpj1yTp1sXgJ3oH5wnY5/view?usp=sharing (дата звернення: 01.06.2025).

44. Кирпенко Т. М. Механізми психологічного самозахисту підлітків: монографія / Т. М. Кирпенко, Ю. О. Бохонкова. Сєвєродонецьк: вид-во СНУ ім. В. Даля, 2017. 176 с.

45. Клубенко Н. М. Психоемоційний розвиток дошкільників. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2022. № 5. С. 61–66. https://doi.org/10.31812/psychology.v5i.7371.

46. Коляда О., Оніщенко Н. Особливості психоемоційного стану дітей в умовах війни. *Disaster and Crisis Psychology Problems*. 2024. № 1(7). С. 93. DOI: 10.52363/dcpp-2024.1.7.

47. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслі- док військових дій / авт. кол; заг. ред. В. Г. Панок, І. І. Ткачук. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.

48. Кочубей А. В., Сокаль В. А., Якубовська С. С. Соціально-психологічний супровід здобувачів вищої освіти в умовах війни засобами арт-терапії // *Rehabilitation and Recreation***.** 2024. Т. 18, № 1. С. 104–117. DOI: https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.11.

49. Кошель А. П., Кульбако Н. П. Використання елементів арт-терапії в умовах освітнього процесу закладів дошкільної освіти: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», методистів, вихователів закладів дошкільної освіти та батьків дітей дошкільного віку. Чернігів: ФОП Баликіна О.В., 2020. 90 с.

50. Кудря О. В., Орлова Н. С. Арт-терапевтичний ефект майстер-класів із прикладних видів творчості: з досвіду роботи з дітьми із тимчасово переселених сімей в умовах війни // *Трудове навчання та технології: сучасні реалії та перспективи розвитку*: матеріали XI Міжнар. наук.-практ. конф. пам'яті акад. Д. О. Тхоржевського (27 трав. 2022 р.) / за заг. ред. Д. Е. Кільдерова. Київ, 2022. С. 91–96. Режим доступу: URI: http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/19513.

51. Кудря О. В. Використання майбутніми учителями технологій мейкерства в сфері декоративно-прикладної творчості у соціальних проєктах / О. В. Кудря // *Освіта. Інноватика. Практика*. 2024. Т. 12, № 9. С. 40–44. Режим доступу: https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i9-006.

52. Кузікова С. Б. Теорія і практика вікової психокорекції: Навчальний посібник / С. Б. Кузікова. 2-ге видання, перероблене, доповнене. Суми: Університетська книга, 2020. 304 с.

53. Курок В. П. Аналіз наукових підходів до визначення арттерапії / В. П. Курок, Г. П. Химан // *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка*. Педагогічні науки. 2022. Вип. 3(1). С. 252-259. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vgnpu_2022_3%281%29__32.

54. Литвиненко І. С., Прасол Д. В. Проективні малюнкові методики: Методичний посібник. Миколаїв: Вид-во «Арнекс», 2015. 160 с.

55. Лугова М. С. Війна очима дітей дошкільного віку: шляхи збереження психічного здоров’я в умовах стресу / М. С. Лугова // *Актуальні питання спеціальної, інклюзивної і здоров’язбережувальної освіти*: зб. наук. пр. [матеріалів круглого столу 20 жовт. 2022 р.] / Харків. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди [та ін.; за заг. ред. Ю. Д. Бойчука]. Х., 2022. С. 111–114. Режим доступу: URI: https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/9283.

56. Мала Д. О., Бельченко К. С., Дзюба В. В., Шевченко А. В., Гінкул Є. В., Рєпнова Т. П. Арт-терапія та її напрями як методи психокорекції та реабілітації сім’ї // *Актуальні питання психології у сучасному інноваційному просторі:* збірник матеріалів міжнародної науково-практичної конференції (м. Одеса, ОНМУ, 13–14 травня 2022 р.) / редкол.: Р. П. Шевченко, О. А. Діколь-Кобріна. Одеса: Видавництво «Друк Південь», 2022. С. 150–153.

57. Малихіна М. С. Дитина у світі емоцій / М. С. Малихіна. 2-ге видання. Харків: Вид. група «Основа», 2022. 156, [4] с.

58. Махній М. М. Психомалюнкові методики у діагностично-корекційній роботі в системі інклюзивної освіти. Інформаційно-методичний посібник. Чернігів: Видавництво «Десна Поліграф», 2021. 128 с.

59. Мельничук І. В., Асєєва Ю. О., Степанова А. С. Арт-терапія як засіб корекції негативного психоемоційного стану у дітей дошкільного віку. // Фахове видання. Габітус. Одеса. 2022. С. 67-71.

60. Мельничук В., Флярковська О., Черниш О., Чуприна О. «Психологічна хвилинка» (вправи для зняття психоемоційного напруження). Методичний посібник. 2022. 86 с.

61. Михайлов Б. В. Модифікація тесту тривожності Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен (методика "Обери потрібне обличчя") для поглибленого дослідження тривожності у дітей дошкільного віку / Б. В. Михайлов, Н. М. Колеснік // *Чоловіче здоров'я, гендерна та психосоматична медицина*. 2016. № 2. С. 36-43. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/mhgpsmuj_2016_2_9.

62. Михальчук О. О. Психолого-педагогічні аспекти розвитку емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку / О. О. Михальчук, Ю. М. Нікітська, А.

С. Омельяненко // *Суспільство та національні інтереси*. 2024. № 4. С. 546-556. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/scntint_2024_4_45.

63. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навч. посіб / М. І. Мушкевич, С. Є. Чагарна; за ред. М. І. Мушкевич. Вид. 3-тє. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

64. Навчально-методичний посібник «Психодіагностична практика в дошкільних навчально-виховних закладах» / упоряд.: Заболотна Н. М., Ісаєвич С. І., Михайлишин У. Б., Омелянська В. І. Ужгород, 2022. 96 с.

65. Нагорянська О. Роль казок про тварин у корекції страхів та тривожності молодших дошкільників // *Арттерапія в роботі психолога: інноваційні підходи:* зб. матер. V Всеукр. наук.-практ. конференції, 23–27.10.2023 / уклад. О. Е. Жосан. Кропивницький: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2023. С. 82–86.

66. Наконечна О. В., Капітан О. Г. Соціально-педагогічна профілактика агресивності дітей старшого дошкільного віку // *Молодий вчений*, 2015, 10 (2), С. 144–147.

67. Никоненко О. Арттерапевтичні методики в роботі зі стресом під час війни // *Д-36: Збірник матеріалів V міжнародної конференції «Держава, регіони, підприємництво: інформаційні, суспільно-правові, соціально-економічні аспекти розвитку»,* 07 грудня 2023 р. Київ: ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», 2023. С. 440–442.

68. Одинцова Г. Можливості казкотерапії у трактуванні клієнтських казок // *Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи* / за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. [Колективна монографія]. Львів: ЛьвДУВС, 2023. С. 70–87.

69. Олексієнко Л. Роль арттерапії в соціальній педагогіці // *Grail of Science*, 2023, (31), С. 424–426. Режим доступу: https://doi.org/10.36074/grail-of-science.15.09.2023.67.

70. Павлова Н. В**.** Розробка програмного засобу експрес-діагностики емоційного стану дітей шкільного віку // *Сучасний рух науки*: тези доп. X міжнар. наук.-практ. інтернет-конф., 2–3 квітня 2020 р. Дніпро, 2020. Т. 2. С. 162–165.

71. Панченко О., Корнєєва О. Особливості стану дітей, що знаходяться в умовах соціально-психологічного напруження // *Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії*: зб. матеріалів Всеукр. наук.-практ. конф., м. Маріуполь, 28 лют. 2018 р. Маріуполь: ДонДУУ, 2018. С. 142–145.

72. Полевчук І. Особливості використання мандалотерапії для покращення емоційного стану дітей з особливими освітніми потребами. Техніка «Фантазія настрою» // *Арттерапія в роботі психолога: інноваційні підходи*: зб. матер. V Всеукр. наук.-практ. конф., 23–27 жовт. 2023 р. / уклад. О. Е. Жосан. Кропивницький: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2023. С. 98–101.

73. Полубоярина І. І., Пляка Л. В. Музична арт-терапія як метод психокорекції та розвитку особистості // *Наукові записки*. Серія: Педагогічні науки. Вип. 3. 2023. С. 50–55.

74. Попиченко С., Скрипник Н. Образотворча діяльність як засіб діагностики та корекції емоційного стану дитини // *Наукові перспективи***.** 2023. № 8(38). С. 729–741. Режим доступу: https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-8(38)-729-741.

75. Попович О. Соціально-емоційний розвиток дітей дошкільного віку як наукова проблема / О. Попович // *Молодь і ринок*. 2024. № 9. С. 62-66. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mir_2024_9_14.

76. Похілько Д. С. Використання методів діагностики психоемоційного стану дитини в умовах надзвичайної ситуації // *Проблеми екстремальної та кризової психології.* 2015. Вип. 18. С. 168–178. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2015_18_23.

77. Похілько Д. С., Овсяннікова Я. О., Лєбєдєва С. Ю. Теоретико-методологічні засади використання арт-терапії для психологічної реабілітації учасників бойових дій // *Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології*: монографія. Том ІІ / за заг. ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка; НУЦЗУ. Х.: ФОП Панов А. М., 2022. 436 с.

78. Ревть А. Емоційна сфера дитини дошкільного віку // *Collection of Scientific Papers «SCIENTIA»*. Valencia, Spain, 10 березня 2023 р. С. 189–191. Режим доступу: https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/804.

79. Роготченко, С. (2024). Арттерапія української війни. Історія. Початок // *Науковий журнал ХУДОЖНЯ КУЛЬТУРА. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ*, (20(1), 97–103. Режим доступу: https://doi.org/10.31500/1992-5514.20(1).2024.306918.

80. Романова Н. А., Романов О. Г. Типологія тривожних дітей в ситуації війни // *Методи та засоби психологічної допомоги постраждалим у подоланні ПТСР*: тези доповідей науково-практичної конференції, 30 вересня 2023 р. Київ – Біла Церква: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 194–198.

81. Сайтарли Н. А. Діагностика емоційного стану дітей дошкільного віку // *Березневий науковий дискурс 2025 на тему: «Синергія освіти, науки та бізнесу в епоху глобальних трансформацій»***:** зб. матеріалів ІІІ Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Чернігів, 27 лютого 2025 р.). Чернігів: ГО «Науково-освітній інноваційний центр суспільних трансформацій», 2025. – С. 73–76. DOI: https://doi.org/10.54929/conf_reicst_27_02_25.

82. Сайтарли Н. А. Корекція емоційного стану дитини дошкільного віку засобами арт-терапії в умовах війни // *Людина і світ***:** матеріали XI Регіон. наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 28 лютого 2025 р.) / за заг. ред. Л. Афанасьєва, Н. Глебова. Запоріжжя: Вид-во МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2025. С. 75–79.

83. Сайтарли Н. А. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку // *Психологічна наука і практика: сучасні виклики та допомога особистості у кризових умовах*: матеріали Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (Київ, 10 квітня 2025 р.) / Мін-во освіти і науки України ; Укр. держ. ун-т ім. Михайла Драгоманова ; упоряд. І. С. Булах, Л. М. Вольнова, Н. В. Гузій. Київ : Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2025. Ч. 2. С. 254–257. (електронне видання).

84. Сердюк В. І. Війна і діти. З досвіду роботи // *Методи та засоби психологічної допомоги постраждалим у подоланні ПТСР*: тези доповідей наук.-

практ. конф., 30 вересня 2023 р. Київ–Біла Церква: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 198–200.

85. Середа І. В. Використання технології арт-терапії в корекційно-виховній роботі / І. В. Середа, Є. А. Збишко // *Інноваційна педагогіка*, 2019. Вип. 10(1). С. 63-66. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2019_10(1)__14.

86. Слюсаревський М. Соціально-психологічна проблематика дитинства в умовах війни: виклики і відповіді // *Проблеми політичної психології*. 2022. Т. 12(26). С. 9–30. Режим доступу: https://doi.org/10.33120/popp-Vol26-Year2022-119.

87. Сокірко М. В. Особливості емоційного розвитку старших дошкільників // *Еврика: наук.-практ. журнал*. 2018. № 1 (7). С. 57–60.

88. Супрун Г. Ресурси соціально-емоційного розвитку дітей старшого дошкільного віку з аутизмом в умовах інклюзивного середовища / Г. Супрун, С. Шалабоніна // *Вісник Львівського університету.* Серія: Психологічні науки. 2023. Вип. 17. С. 53-61. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vlups_2023_17_9.

89. Тафінцева С. Емоційний розвиток дітей у психологічній практиці: організаційно-методичні аспекти. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом.* Психологія. 2022. № 2 (55). С. 39–44. Режим доступу: https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.2.6.

90. Теплюк А.А. Особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Дослідження молодих учених у контексті розвитку сучасної науки*: матеріали ІІІ щорічної Всеукраїнської науково-практичної конференції, 18 квітня 2013 р. Київ, 2013. С. 180–184.

91. Терещенко Л.А., Карабаєва І.І. Психологічні особливості емоційної сфери дітей дошкільного віку. *Актуальні проблеми психології:* збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, Том 10. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Випуск 33. 2019. С. 214 – 234.

92. Тімченко О. В., Похілько Д. С. Аналіз сучасних методів діагностики емоцій у дітей // *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди.* Психологія**.** 2017. Вип. 55. С. 259–268. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2017_55_27.

93. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі: [монографія] / Сергій Михайлович Томчук, Михайло Іванович Томчук. Вінниця: КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.

94. Трофаїла Н. Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку / Н. Д. Трофаїла // *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського*. Серія : Педагогічні науки. 2014. Вип. 1.45. С. 155-158. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdup_2014_1.

95. Трофаїла Н.Д. Психологічні особливості емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *International Science Journal of Education & Linguistics*. Vol. 3, No. 5, 2024, С. 17-25. Режим доступу: doi:10.46299/j.isjel.20240305.03.

96. Трофаїла Н. Д. Розвиток когнітивної сфери та емоцій у дітей дошкільного віку. *Психолого-педагогічний пошук*: зб. Наукових праць студентів факультету дошкільної освіти. Випуск 3. Глухів: ГНПУ ім. О. Довженка, 2016. С. 288–292.

97. Ушакова І. М. Вікова психологія: курс лекцій. Харків: НУЦЗУ, 2016. 123 с.

98. Федулова О. Арттерапія як метод психологічної допомоги дітям, які постраждали внаслідок війни. *Арттерапія в роботі психолога: інноваційні підходи*: зб. матер. V Всеукр. наук.-практ. конференції, 23–27.10.2023 / уклад. О. Е. Жосан. Кропивницький: КЗ «КОІППО імені Василя Сухомлинського», 2023. С. 117–121.

99. Фисина Н. Особливості психокорекції у дошкільників з преневротичними симптомами в період війни. *Psychological Journal*. 2023. Т. 9, № 2 (70). С. 33–42. Режим доступу: https://doi.org/10.31108/1.2023.9.2.4.

100. Чала Ю.М., Шахрайчук А.М. Психодіагностика: навчальний посібник / Ю.М. Чала, А.М. Шахрайчук. Харків: НТУ «ХПІ», 2018. 246 с.

101. Черкесова Ю. Кольорове життя на дотик // *Простір арттерапії: мистецтво відновлення психічного здоров'я в часи війни*: матеріали XX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (31 березня – 2 квітня 2023 р.) / за наук. ред. О. Л. Вознесенської, Л. О. Подкоритової. Київ, 2023. С. 152–157.

102. Чухрій І. В. Дослідження особливостей емоційної чуйності дітей дошкільного віку / І. В. Чухрій // *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*. Серія : Психологія. 2022. Т. 33(72), № 6. С. 68-72. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/sntnvusp_2022_33(72)_6_15.

103. Швець В. Інтегрована арт-терапія як інструмент гармонізації суб'єктивних та об'єктивних умов відновлення психологічного стану молоді // *Психологічний журнал,* 2023. (10), 79–88. Режим доступу: https://doi.org/10.31499/2617-2100.10.2023.285325.

104. Щелупанова О. Психологічні особливості впливу кольору на емоційний стан дітей дошкільного віку / О. Щелупанова, О. О. Стахова // *Організація освітнього простору у закладі дошкільної освіти і школі: проблеми і перспективи*: зб. наукових праць: у 2-х ч. / за заг. ред. О. О. Максимової, М. А. Федорової. Житомир: ФОП Левковець, 2020. Ч. 2. С. 234–238.

105. Яцина О. Ф. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків / О. Ф. Яцина // *Перспективи та інновації науки.* Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина». № 7 (25). Київ: Громадська наукова організація «Всеукраїнська асамблея докторів наук з державного управління», 2022. С. 554-567.

106. Cheng C, Elamin ME, May H, Kennedy M. Drawing on emotions: the evolving role of art therapy. Ir J Psychol Med. 2023 Sep;40(3):500-502. doi: 10.1017/ipm.2021.20. Epub 2021 Apr 19. PMID: 33870885.

107. Gross J. J., & Thompson R. A. Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). The Guilford Press. 2007. URL: https://psycnet.apa.org/record/2007-01392-001 (date of access: 13.06.2025).

108. Ivzhenko I., Podol’s’ka G., Demchenko I., Dzhyhun, L., Lytvynenko, V., & Kacherova, O. Art Therapeutic Techniques to Provide Psychological Assistance. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 2022. 13(4), P. 68-80. URL: https://doi.org/10.18662/brain/13.4/376.

109. No L. Art as a Window to Emotions: A Study on the Impact of Conflict on Children’s Drawings / *L. No. Sprin Journal of Arts, Humanities and Social Sciences*. 2024. Vol. 3, № 11. P. 17–27. URL: https://doi.org/10.55559/sjahss.v3i11.379.

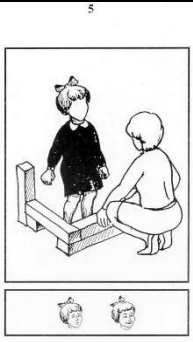
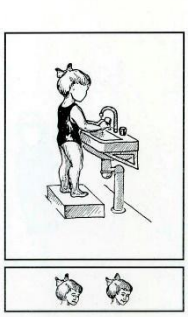
110. Savytska O., Shkrabiuk V., Pedorenko V., Sytnik S., Naichuk V., & Nazarevych, V. Art Therapy as a Means of Psychological Correction of Emotional Disorders. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 2022. 13(4), P. 196-211. URL: https://doi.org/10.18662/brain/13.4/383.

Zamelyuk, M.I., & Mahdysiuk, L.I. The mastery of art therapy in working with preschool children. Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series “Pedagogy and Psychology”, 2021. 7(2), P. 79-85.

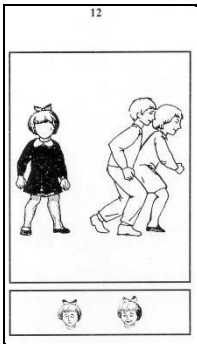
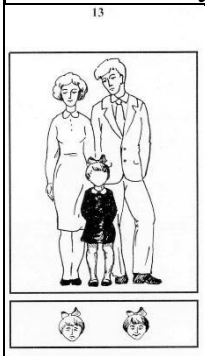
ДОДАТКИ

Додаток А
Варіант діагностичної методики «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен) для дівчат

Запитання	**Варіанти відповідей**
 1. «Як ти думаєш, яке у дитини буде обличчя, веселе чи сумне? Він (вона) грає з малюками».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 2. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) гуляє зі своєю мамою і малюком».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 3. «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

 4. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) одягається».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 5. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) грає зі старшими дітьми».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 6. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) йде спати».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 7. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) у ванній».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

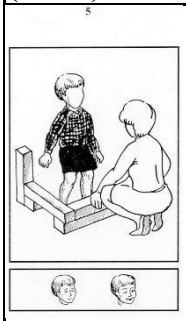
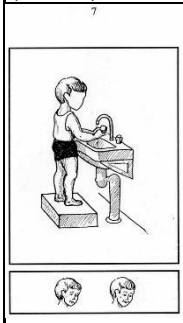
1. 8. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 9. «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 10. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 11. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) прибирає іграшки».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

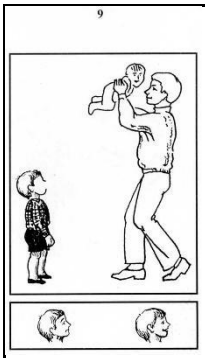
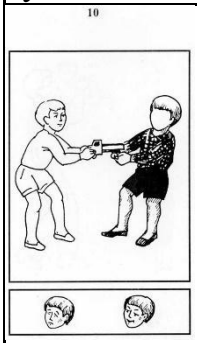
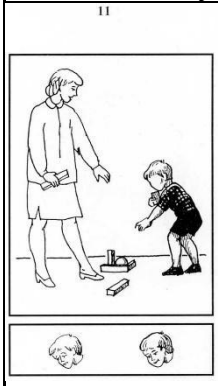
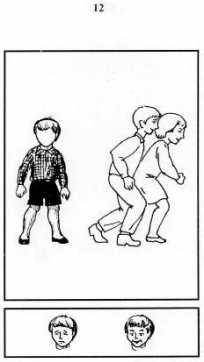
 12. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 13. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) зі своїми мамою і татом».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 14. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) їсть».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

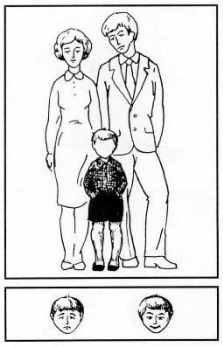
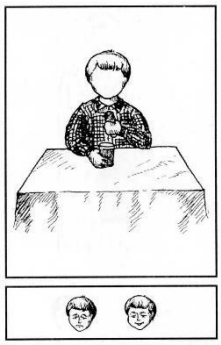
Додаток Б

Варіант діагностичної методики «Вибери потрібне обличчя» (Р.Теммл, М.Доркі, В.Амен) для хлопців

Запитання	**Варіанти відповідей**
 1. «Як ти думаєш, яке у дитини буде обличчя, веселе чи сумне? Він (вона) грає з малюками».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 2. «Як ти думаєш, яке обличчя буде в цієї дитини: сумне чи веселе? Він (вона) гуляє зі своєю мамою і малюком».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 3. «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

4. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) одягається».	
 5. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) грає зі старшими дітьми».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 6. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) йде спати».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 7. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) у ванній».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 8. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

 9. «Як ти думаєш, яке обличчя буде у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 10. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 11. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) прибирає іграшки».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
 12. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне?».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

13  13. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) зі своїми мамою і татом».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя
14  14. «Як ти думаєш, яке обличчя у цієї дитини: веселе або сумне? Він (вона) їсть».	○ веселе обличчя ○ сумне обличчя

Додаток В

Бланк Протоколу (методика «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

Прізвище та ім’я дитини_____

Вік _____ Дата_____

№ мал.	Малюнок	Висловлювання дитини	Вибір	
			Веселе обличчя	Сумне обличчя
1	Гра з молодшими дітьми.			
2	Дитина і мати з малюком			
3	Об’єкт агресії.			
4	Одягання.			
5	Гра зі старшими дітьми.			
6	Укладання спати на самоті.			
7	Умивання.			
8	Догана.			
9	Ігнорування.			
10	Агресивний напад.			
11	Збирання іграшок.			
12	Ізоляція.			
13	Дитина з батьками.			
14	Їжа на самоті.			

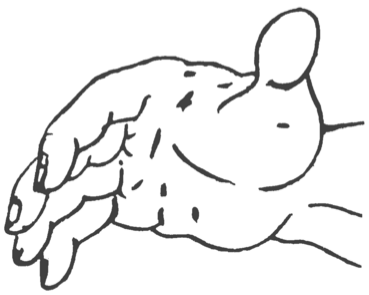
Додаток Г

Стимульний матеріал до методики «Руки» Е. Вагнера

I

II

III



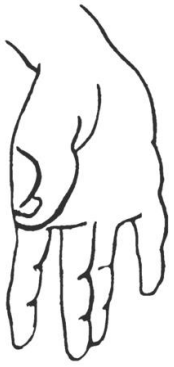
IV

V

VI

VII

VIII



IX

Додаток Ґ

Бланк Протоколу (методика «Руки» Е. Вагнера)

Прізвище та ім’я дитини_____

Вік _____ Дата_____

Картка	Час до першої реакції	Висловлювання дитини	Оцінка
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

Додаток Д

ПРОЕКТИВНА МЕТОДИКА «НЕІСНУЮЧА ТВАРИНА»

Проективна методика «Неіснуюча тварина» запропонована Друкаревич М. З.

Тест рекомендовано використовувати з дітьми старшого дошкільного віку.

За допомогою нього можна досліджувати загальні особливості особистості дитини, агресивність, труднощі у спілкуванні. Методика може допомогти зрозуміти внутрішній світ дитини, те як вона сприймає оточуюче середовище

Процедура: намалювати малюнок на аркуші папера А4, використовуючи олівці – простий і різнокольорові та гумку; скласти оповідання про тварину.

Інструкція: "Придумай і намалюй неіснуючу тварину, тобто таку, якої ніколи і ніде раніше не існувало і не існує. А також назви її неіснуючим ім'ям". За потреби дитину можна попередити про те, що не можна використовувати героїв казок і мультфільмів.

Оповідання можна складати у довільній формі (орієнтовно 10-15 речень). В описі бажано відобразити такі моменти: розміри тварини, де і з ким живе, чим харчується, чим зазвичай займається, чого боїться, для чого вона живе і яка від неї користь, чи має друзів, ворогів. Можна попросити назвати 3 основні бажання, які є у тварини.

Стандартна інструкція (намалювати неіснуючу тварину) емоційно нейтральна. Тому в даному тесті існують додаткові завдання намалювати: «Найбільш злу і найстрашнішу тварину» (дозволяє виявити найбільш приховані агресивні і депресивні тенденції, реакцію на загрозу), «Щасливу тварину» (цінності і прагнення досліджуваного), «Нещасну тварину» (характер побоювань, усвідомлені і неусвідомлені уявлення досліджуваного про його найбільш гострі проблеми, ступінь стійкості досліджуваного до різного ступеню стресів).

ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ПРОЕКТИВНОЇ МЕТОДИКИ «НЕІСНУЮЧА ТВАРИНА»

Тип тварини

Реально існуюча – інтелектуальне або емоційне порушення; гостра тривога; іноді психічне захворювання (з семирічного віку). Це говорить про відсутність фантазії, творчого початку або повного небажання малювати, брати участь у тестуванні.

Людиноподібна – незадоволеність потреби в спілкуванні; типово для підліткового віку.

Існуюча раніше (наприклад, динозавр) або існуюча в культурі (наприклад, дракон) – бідність уяви; низький загальнокультурний рівень; іноді педагогічна занедбаність (з семирічного віку).

Сконструйована з частин різних тварин, яка відповідає стандартній схемі тварини – раціоналістичний, нетворчий підхід до задачі.

Цілісна, побудована за стандартною схемою з головою, тулубом, кінцівками – художній, але в цілому стандартний підхід до задачі.

Побудована за оригінальною схемою, що не нагадує звичайних тварин – творчий підхід до задачі; низька конформність.

Надоригінальна, вигадлива – демонстративність; шизоїдність.

Наявність механічних деталей, вмонтованих в тварину найчастіше скаже про проблеми з психікою. Психологу треба звернути увагу на випадки вмонтування механічних частин в тіло "тварини" – постановка тварини на постамент, тракторні або танкові гусениці, триніжок; прикріплення до голови пропелера, гвинта; вмонтування в око електролампи, в тіло і кінцівки тварини – рукоятки, клавіші і антени. Це зазвичай відзначається у людей, схильних до оригінальних суджень, інакомислення, що мають шизоїдні тенденції.

З кінцівками, спрямованими назовні – екстравертність.

Замкнутий, без кінцівок або з кінцівками, спрямованими до тіла – інтровертованість.

Фігура кола (особливо – нічим не заповненого) символізує і виражає тенденцію до скритності, замкнутість, закритість свого внутрішнього світу, небажання давати відомості про себе оточуючим, нарешті, небажання піддаватися тестуванню. Такі малюнки зазвичай дають дуже обмежену кількість даних для аналізу.

Можна умовно розділити тварин на: **загрозливих** (вовк, лев), **уникаючих** (заєць) і **нейтральних** (мураха, равлик). Вибір типу тварини говорить про ставлення до власної особистості, до свого «Я». Людина вибирає той тип тварини, з якою себе ідентифікує. З іншого боку, так як тварина – це символ самого себе, то і розподіл тварин на хижаків і нешкідливих, дає уявлення про ставлення людини до світу – завойовник і сильний звір або слабка боязка жертва.

Положення малюнка

У нормі малюнок має бути розташований **по середній лінії** вертикально поставленого аркуша. Розташування малюнка **ближче до верхнього краю** аркуша (чим ближче, тим більш виражено) трактується як завищена самооцінка, як невдоволення своїм становищем в соціумі, почуття недостатності визнання з боку оточуючих, тенденція до самоствердження.

Якщо малюнок розташований **в нижній частині**, то зворотна тенденція: невпевненість у собі, низька самооцінка, пригніченість, нерішучість, незацікавленість у своєму положенні в соціумі, у визнанні, відсутність тенденції до самоствердження.

Центр фігури (зазвичай голова)

Якщо **голова дивиться вправо** – людина орієнтується більше на практичну діяльність, реалізацію планів. Їй не властиві голослівні заяви.

Голова дивиться вліво – досліджуваний більше міркує, обмірковує, ніж робить. Лише невелика частина планів реалізовується. Мають місце часті нерішучість, страх діяльності, багатогодинні переживання з приводу правильності рішення.

Голова дивиться прямо – властивий егоцентризм. **Більш ніж 1 голова** – наявність внутрішніх суперечностей, протилежно спрямованих тенденцій, іноді внутрішній конфлікт.

Голова відсутня – імпульсивність, іноді психічне захворювання.

Форма голови грубо спотворена – органічне ураження мозку, іноді психічне захворювання.

Більш велика голова, ніж треба – людиною більше цінується раціональне, корисне, на перше місце ставиться розум, широка ерудиція.

Очі символізують страхи людини. Вони особливо виражені, якщо видно промальовування райдужки. **Вії** вказують на демонстративність в характері, бажання загальної уваги і захоплення. **Закриті очі** – труднощі в спілкуванні, безпорадність.

Відсутні очі – аутизация, астенія.

При промальовуванні **органів слуху** – зацікавленість в інформації, значимість думки оточуючих про себе.

Рот, як орган поглинання вказує на «апетит» Неіснуючої тварини, на вираженість тенденції «присвоєння» їжі, а в символічному плані – речей, предметів.

Великий, часто **відкритий** рот вказує на балакучість суб'єкта.

Вискалені зуби, відкритий, затушований рот, висунутий, роздвоєний язик / жало / – ознака вербальної агресивності, уїдливості висловлювань.

Наявність зубів на малюнку – показник вербальної агресії, людина захищається від нападок, критики часто грубістю.

Рот щілеподібний, у вигляді літери «О», відкритий як для крику – ознака утрудненого спілкування, тривожності, потреби в допомозі, схильність до висловлення скарг.

Якщо сильно **промальовані губи** – чуттєвість.

Округлий рот символізує тривожність.

Довгий ніс – прагнення розширювати свої можливості.

Обмеженість кількості і розмірів органів чуття (їх повна відсутність) – інтровертованість, зосередженість на собі. Шизоїдні тенденції.

З'єднання тулуба і голови – показник надійності, захищеності або незахищеності /при тонкій шиї/. **Довга шия** може трактуватися і як прагнення до розширення своїх можливостей – так само як і ніс.

Наявність на малюнку **рогів** говорить про агресію, захист. Особливо, якщо вони присутні разом з іншими агресивними елементами (**нігті, голки, щетина**). **Пір'я** свідчить про деяку демонстративність. **Шерсть, грива, зачіска** вказують на чуттєвість.

Різноманітність кінцівок – прояв творчої активності, їх химерне поєднання – оригінальність мислення, вільнодумство. **Ретельне з'єднання з тулубом** – ґрунтовність і продуманість поведінки.

Крила: мрійливість, прагнення піти від повсякденної рутини, пошук себе.

Ноги (або елементи, які їх замінюють). Якщо **основа міцна**, стійка, вона скаже психологу про ґрунтовність, раціональність, виваженість її власника. Якщо ж **ніжки маленькі або тонкі** – можлива поверховість суджень, часто імпульсивність, легковажність.

Відсутність ніг, їх недостатня кількість або явна слабкість на малюнку – низька побутова орієнтація, пасивність або невмілість у соціальних відносинах.

Особливо **великі (товсті) ноги або їх надмірна кількість** – потреба в опорі, відчуття своєї недостатньої вмілості в соціальних відносинах.

Варто звернути увагу на **кріплення ніг до корпусу**, якщо промальовування недбале, **слабке** – малий контроль за своїми рішеннями і зробленими висновками.

Якщо **кінцівки основи однотипні і односпрямовані** – для людини характерні конформізм, банальність.

Якщо в малюнку неіснуючої тварини присутні **багато різноманітних несучих деталей**, то такій людині властиві творче начало, самостійність у судженнях і установках.

Хвіст: висловлює ставлення до себе, своїх дій /направлений вправо/ або думок /вліво/. **Піднятий вгору** пишний хвіст – бадьорість, впевненість; **опущений вниз «падаючий»** – невпевненість, виснаженість.

Довгий, звивистий, роздвоєний хвіст – амбівалентність самооцінки, внутрішній конфлікт.

Товстий хвіст – висока значимість сексуальної сфери.

Контур тварини

Гострі кути, штрихування – агресивний захист, досить великий страх і тривога, якщо є обведення ліній по контуру (подвійна лінія) – підозрілість і острах.

Грає роль і **«напрямок» захисту. Вгору** – значить, людина захищається від вищестоящих людей (вчителів, начальників, строгих батьків). **Вниз** – від невизнання однолітків, насмішок, страх осуду.

Напрямок захисних елементів в різні боки скаже про готовність до захисту в будь-якій ситуації, хронічну настороженість.

Загальні доповнення

Енергія досліджуваного залежить від кількості зображених деталей, **якщо тільки необхідні деталі** – економія витрат енергії, схильність до астенії, хронічні захворювання. **Якщо промальовано багато різни деталей** (крила, пір'я, бантики, ще одні ноги або лапи, кучері, квіти і різні інші прикрашаючи деталі) це говорить про впевненість в собі, про високий рівень енергії, яку людина вміє розподіляти в різні сфери діяльності. **Натиск на олівець** теж важливий, якщо людина **сильно продавлює папір** – велика тривожність. Якщо тільки **один елемент малюнка різко продавлений** – це скаже, на що саме більше всього спрямована тривога, негативні емоції.

Сексуальна атрибутика на малюнку неіснуючої тварини говорить про проблему в сексуальній сфері, неможливості налагодити контакт з протилежною статтю. Слід звернути увагу також на акцентування сексуальних ознак – **вимені, сосків, грудей у людиноподібної фігури та ін**. Це може означати фіксацію на проблемі сексу.

Прикраси: візерунок на шкірі, хвіст павича, вії – демонстративність.

Рани, шрами – невротичний стан, іноді психічне захворювання.

Внутрішні органи, анатомічні деталі, кровоносні судини – іпохондрія, невротичний стан, іноді психічне захворювання.

Ступінь **агресивност**і виражена кількістю, розташуванням і характером кутів у малюнку, незалежно від їх зв'язку з тією чи іншою деталлю зображення. Особливо вагомі в цьому відношенні прямі символи агресії – пазурі, зуби, дзьоби.

Луска, панцир – потреба в захисті, боязнь агресії.

Голки, шипи і т.п. – захисна агресія.

Гострі роги, кігті, ікла (вилазять з рота), гострі нарости – агресивність.

Зброя, ріжуче, колюче або рубаюче знаряддя – агресивність.

Акцентування органів виділення (задній прохід, дефекація) вказує на нехтування нормами поведінки, схильність до хуліганських дій.

Назва – просто звуки, без осмислення повідають про деяку поверховність, легковажність; **слова з латинськими закінченнями, наукові** вказують на пріоритетність розуму, широкої ерудиції для людини і про демонстрацію переваги розуму; **повторювані звукові елементи** – про інфантильність; **надзвичайно довга назва** означає схильність до фантазування; **раціональне з'єднання частин слова за змістом** – практичність людини.

Аналіз оповідання

Оповідання відповідає малюнку – показник логічності мислення. **Невідповідність малюнку** – іноді порушення логічного мислення. **Особливо докладний, з ідеалізацією**, вказівкою на красу чи винятковість тварини малюнок – ознака демонстративності; схильність до компенсаторного фантазування.

Місце життя

Ізольоване (печера, скелі, інша планета, космос) – брак спілкування, почуття самотності;

Згадка про важкість досяжності (непрохідна гущавина**,** гори, в яких немає дороги) – боязнь агресії, потреба в захисті;

Екзотичне (острів Мадагаскар, зачарований ліс) – демонстративність;

Емоційно неприємне (болото, бруд) – невротичний стан; низька соціалізованість; іноді психічне захворювання.

Харчування

Явно неїстівні речі (каміння, скло, метал) – низька соціалізованість, порушення спілкування;

Особливо великі об'єкти (гори, дерева, будинки) або твердження про те, що **тварина їсть все** – імпульсивність; низька соціалізованість;

Люди – негативізм; асоціальність або антисоціальність; агресивність;

Докладний опис поїдання жертв – агресивність;

Емоційно неприємна їжа (черв'яки, бруд, слиз) – невротичний стан; іноді психічне захворювання;

Кров, окремі частини та органи живих істот (серце, мозок) – невротична агресія;

Не харчується нічим або харчується повітрям, енергією – інтровертованість; іноді шизоїдність.

Улюблене заняття або тим чим зазвичай займається тварина

Грає, гуляє, розважається – пряма проекція своїх бажань;

Постійно зайнята пошуками їжі – відчуття труднощів і одноманітності життя;

Ламає дерева, топче будинки – негативізм; асоціальність або антисоціальність; агресивність; іноді психічне захворювання;

Багато спить – втома; астенічний стан.

Друзі

Відсутні – почуття самотності;

Всі оточуючі, без конкретизації – висока незадоволена потреба в спілкуванні;

Злі, агресивні персонажі (акули, крокодили, дракони) – негативізм; асоціальність або антисоціальність; агресивність.

Вороги

Дуже багато або повна відсутність – боязнь агресії.

Всі оточуючі – негативізм; асоціальність або антисоціальність.

Опис способів захисту від небезпеки, вказівка на гігантський її розмір – тривожність, боязнь агресії.

Особливо довгий перелік страхів; страхи, нетипові для тварин (темрява, смерть, комахи) – страхи, невротичний стан.

Тема розмноження – значимість сексуальної сфери.

Безстатеві форми розмноження – напружене, внутрішньо конфліктне ставлення до сексуальної сфери.

Бажання тварини

Мати друзів – брак спілкування.

Не мати ворогів – боязнь агресії; іноді настороженість, підозрілість.

Щоб його не боялися – боязнь агресії.

Стати звичайною твариною, стати людиною – емоційний дискомфорт, пов’язаний з відчуттям своєї відмінності від оточуючих;

Стати більшим за розміром – відчуття своєї малої значимості; боязнь агресії, потреба в захисті.

Інтерпретація додаткових завдань

Найбільш зла і найстрашніша тварина порівняно зі звичайною Неіснуючою твариною

Позбавлене ознак агресивності – прагнення приховати свої агресивні тенденції, іноді повна відсутність агресивності.

З ознак агресивності присутні тільки зуби – схильність до вербальної агресії: грубості, крику, погроз.

Особливо виражена агресивна символіка: гострі роги, зброя – висока агресивність.

Те ж, в поєднанні з ознаками високої тривожності: штрихуванням малюнка, численними виправленнями – невротична агресія як реакція на відчуття емоційного дискомфорту.

Голки, шипи та інші оборонні засоби – боязнь нападу і схильність до захисної агресії.

Великі очі з радужкою замальованою чорним – боязнь агресії.

Розпад форми, поява невротичних ознак: зображення внутрішніх органів, кровоносних судин – низька стійкість до стресу, невротична реакція на стрес; іноді психічне захворювання.

Асоціальна символіка: сигарета, чарка, тварина у вигляді чорта або баби-яги – негативістичні, іноді психопатичні або психопатоподібні реакції на конфліктну ситуацію, загрозу агресії, стресову ситуацію.

Чітка впевнена лінія – висока опірність стресу, здатність ефективно діяти в стресових ситуаціях.

Щаслива тварина в порівнянні зі звичайною

Завжди забезпечена їжею – висока значимість матеріальних цінностей; відчуття побутового неблагополуччя; уявлення про ненадійність свого матеріального становища.

Захищена від будь-яких ворогів або не має ворогів – боязнь агресії; іноді насторожене ставлення до оточуючих.

Якщо **здатна жити усюди** (на землі, у воді, в повітрі) – висока цінність свободи; прагнення до незалежності, самостійності.

Живе вічно або дуже довго – іпохондричні тенденції; іноді страх хвороби, смерті.

Має багато друзів – висока цінність спілкування; незадоволена потреба в спілкуванні.

Її всі люблять – висока цінність емоційних зв'язків.

Доставляє радість іншим – висока цінність спілкування; іноді гіперсоціальність; прагнення справити хороше враження на психолога.

Красива, розумна – висока цінність відповідних якостей; сумнів у наявності цих якостей у себе.

Щаслива без певного приводу (просто так) – низький рівень розуміння себе, труднощі в усвідомленні своїх емоційних станів; іноді схильність до зниження настрою.

Нещасна тварина в порівнянні зі звичайною

Розмір сильно зменшений – приховані депресивні тенденції; схильність до депресивної реакції на несприятливу ситуацію.

Ознаки тривоги: **штрихування, множинні лінії, розпад цілісної форми, поява ліній, що не відносяться до основного зображення** – низька стійкість до стресу; схильність до сильного підвищення рівня тривоги в несприятливих ситуаціях.

Штриховка з сильним натиском, темна частин малюнка – низька стійкість до стресу; схильність до появи високої емоційної напруженості в несприятливих ситуаціях.

Підкреслений контур – тенденція до контролю за своїми емоційними станами.

Живе одна, не має друзів – почуття самотності, незадоволена потреба в спілкуванні.

Її ніхто не любить – незадоволена потреба в емоційному контакті.

Хворіє, вмирає – іпохондричні тенденції; депресивні тенденції; іноді страх смерті.

Погано пристосована до життя: насилу пересувається, витрачає дуже багато часу на добування їжі – відчуття труднощів життя; низький рівень соціальної адаптації.

Нещасна тварина без причини – схильність до зниження настрою; іноді депресивний стан; низький рівень розуміння себе, труднощі в усвідомленні своїх емоційних станів.

Додаток Е

Результати попередньої діагностики за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

№	Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Рівень тривожності у %	Рівень тривожності, значення	Кількість негативних виборів	Номер картинки з негативним вибором
1	Деніз О.	Дівчинка	6	57,14	Високий	8	2,3,4,6,8,9,10,12
2	Кирил Є.	Хлопчик	5	64,29	Високий	9	1,4,6,7,8,9,11,12,14
3	Назар К.	Хлопчик	5	42,86	Середній	6	3,5,6,8,10,12
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	50	Середній	7	3,6,7,8,10,12,14
5	Олег Б.	Хлопчик	5	57,14	Високий	8	3,4,7,8,9,10,11,12
6	Діана М.	Дівчинка	5	50	Середній	7	3,4,6,8,10,11,12
7	Святослав М.	Хлопчик	5	78,57	Високий	11	2,3,5,6,7,8,9,10,11,12,14
8	Максим О.	Хлопчик	6	71,43	Високий	10	1,2,3,5,7,8,9,10,11,12
9	Назар Ч.	Хлопчик	6	42,86	Середній	6	1,3,6,8,10,14
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	64,29	Високий	9	2,3,6,8,9,10,12,13,14
11	Святослав К.	Хлопчик	6	42,86	Середній	6	6,8,9,10,11,14
12	Поліна Б.	Дівчинка	6	28,57	Середній	4	6,8,10,12
13	Єва П.	Дівчинка	5	42,86	Середній	6	1,3,6,8,9,10
14	Катя О.	Дівчинка	4	28,57	Середній	4	2,3,10,14
15	Назар П.	Хлопчик	6	64,29	Високий	9	2,4,7,8,9,10,11,12,14
16	Міша	Хлопчик	5	78,57	Високий	11	1,2,3,5,6,8,9,10,11,12,14

17	Матвій А.	Хлопчик	5	35,71	Середній	5	3,6,8,10,12
18	Марк	Хлопчик	5	28,57	Середній	4	3,8,9,10
19	Мирон Т.	Хлопчик	6	50	Середній	7	3,4,6,8,9,11,12
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	42,86	Середній	6	3,6,8,9,10,11
21	Міла на Д.	Дівчинка	6	42,86	Середній	6	3,8,9,10,12,14
22	Артем Я.	Хлопчик	5	42,86	Середній	6	2,3,5,6,9,10
23	Єлісей	Хлопчик	5	57,14	Високий	8	2,3,6,7,8,10,12,13
24	Дарина К.	Дівчинка	5	42,86	Середній	6	3,4,8,9,10,11
25	Ліза С.	Дівчинка	6	35,71	Середній	5	3,6,9,10,12
26	Кіра Р.	Дівчинка	6	57,14	Високий	8	1,3,6,8,9,10,12,14
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	35,71	Середній	5	6,8,9,10,12
28	Матвій Б.	Хлопчик	6	57,14	Високий	8	3,8,9,10,11,12,13,14
29	Каміла Г.	Дівчинка	6	42,86	Середній	6	2,3,6,8,10,14
30	Міла на Ш.	Дівчинка	6	42,86	Середній	6	2,3,6,8,10,11

Додаток Ж

Результати методики «Руки» Е. Вагнера при попередній діагностиці

№	Ім'я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Агресія	Вказівка	Страх	Емоційність	Комунікація	Залежність	Демонстративність	Інвалідність	Активна безособовість	Пасивна безособовість	Опис	Агресивність
1	Деніз О.	Дівчинка	6	5	3	0	1	5	0	1	0	21	3	0	2
2	Кирил Є.	Хлопчик	5	20	0	2	4	0	0	0	3	4	6	1	14
3	Назар К.	Хлопчик	5	2	4	0	0	5	0	6	3	19	0	1	1
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	7	2	1	1	1	0	0	0	17	9	2	6
5	Олег Б.	Хлопчик	5	2	4	0	0	0	0	0	2	20	12	0	6
6	Діана М.	Дівчинка	5	0	2	0	0	1	0	2	2	17	15	1	1
7	Святослав М.	Хлопчик	5	0	0	0	0	3	0	0	0	20	16	1	-3
8	Макс	Хлоп	6	0	2	1	2	0	0	0	0	29	6	0	-1

	им О.	чик													
9	Назар Ч.	Хлопчик	6	3	8	2	4	4	2	0	0	7	8	2	-1
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	0	4	0	0	4	0	8	0	24	0	0	0
11	Святослав К.	Хлопчик	6	6	4	0	7	0	0	0	0	16	1	6	3
12	Поліна Б.	Дівчинка	6	6	0	0	6	0	0	23	0	4	0	1	0
13	Єва П.	Дівчинка	5	0	4	4	6	4	0	4	0	18	0	0	-10
14	Катя О.	Дівчинка	4	0	0	0	0	2	0	0	0	28	10	0	-2
15	Назар П.	Хлопчик	6	15	4	0	0	0	0	4	0	11	4	2	19
16	Міша	Хлопчик	5	0	0	4	0	0	0	0	0	0	36	0	-4
17	Матвій А.	Хлопчик	5	2	12	0	0	2	0	0	4	10	8	2	12
18	Марк	Хлопчик	5	0	0	4	0	16	0	0	0	8	12	0	-20

19	Мирон Т.	Хлопчик	6	12	10	0	4	0	0	0	0	14	0	0	18
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	2	4	0	8	6	0	0	4	10	4	2	-8
21	Міла на Д.	Дівчинка	6	4	6	0	8	0	0	0	4	14	4	0	2
22	Артем Я.	Хлопчик	5	4	8	0	0	8	0	4	0	8	4	4	4
23	Єлісей	Хлопчик	5	0	4	4	0	0	0	0	4	12	16	0	0
24	Дарина К.	Дівчинка	5	8	0	0	8	8	0	4	0	8	4	0	-8
25	Ліза С.	Дівчинка	6	0	0	0	0	4	0	0	0	32	0	4	-4
26	Кіра Р.	Дівчинка	6	0	4	0	12	8	0	0	0	8	4	4	-16
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	0	4	0	4	8	0	8	0	12	0	4	-8
28	Матвій Б.	Хлопчик	6	4	12	0	4	8	0	0	0	12	0	0	4
29	Каміла Г.	Дівчинка	6	0	4	0	0	0	0	0	4	0	32	0	4

30	Мілана Ш.	Дівчинка	6	2	6	0	4	0	0	0	2	24	0	2	4

Додаток З

Страхи дітей за методикою Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх»

№	Ім'я дитини	Стать дитини	Вік дитини	темрява	Монстр, мумії, зомбі, привиди, Хагі-ваги	змії	Павуки, комахи, комарі, жуки	фільми	Ведмеді, крокодили, вовки, восьминоги, акули	Хтось перевдягнений в страшні костюми і маски	Одинв дома, спати один	пістолет	Ніхто не знайшов, коли захована сь	Погані сни	Сварять батьки	Смерть близьких	кричати	Коли розряджається телефон
1	Деніз О.	Дівчинка	6	+	+													
2	Кирил Є.	Хлопчик	5		+													
3	Назар К.	Хлопчик	5			+	+	+	+									
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	+							+							
5	Олег Б.	Хлопчик	5		+							+						

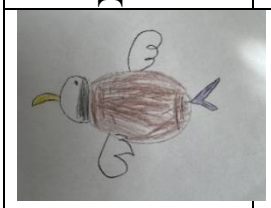
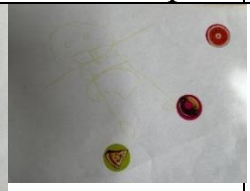
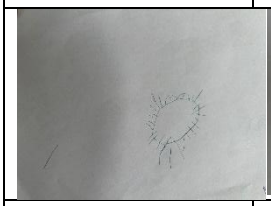
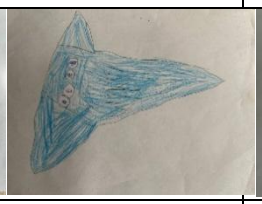
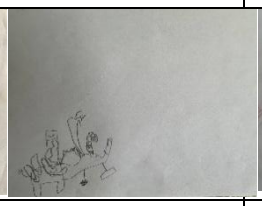
6	Діана М.	Дівчинка	5		+								+					
7	Святослав М.	Хлопчик	5				+											
8	Максим О.	Хлопчик	6	+							+							
9	Назар Ч.	Хлопчик	6		+									+				
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	+														
11	Святослав К.	Хлопчик	6											+				
12	Поліна Б.	Дівчинка	6	+	+													
13	Єва П.	Дівчинка	5	+	+													
14	Катя О.	Дівчинка	4		+										+			
15	Наза	Хло	6													+		

	р П.	пчик																
16	Міша	Хлопчик	5	+														
17	Матвій А.	Хлопчик	5	+							+							
18	Марк	Хлопчик	5	+														
19	Мирон Т.	Хлопчик	6						+									
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	+						+								
21	Мілана Д.	Дівчинка	6		+				+									
22	Артем Я.	Хлопчик	5	+											+		+	
23	Єлісей	Хлопчик	5		+													
24	Дарина К.	Дівчинка	5		+						+							
25	Ліза С.	Дівчинка	6	+														

26	Кіра Р.	Дівчинка	6			+	+											
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	+														+
28	Матвій Б.	Хлопчик	6		+													
29	Камі ла Г.	Дівчинка	6	+		+			+									
30	Міла на Ш.	Дівчинка	6	+	+		+											

Додаток И

Малюнки дітей при проведенні попередньої діагностики за методикою «Неіснуюча тварина»

Деніз О.	Кирил Є.	Назар К.	Андрій Л.	Олег Б.
Діана М.	Святослав М.	Максим О.	Назар Ч.	Кіра Я.
				
Святослав К.	Поліна Б.	Єва П.	Катя О.	Назар П.
				
Міша	Матвій А.	Марк	Мирон Т.	Поліна Д.
Мілана Д.	Артем Я.	Єлісей	Дарина К.	Ліза С.
Кіра Р.	Дарина Ч.	Матвій Б.	Каміла Г.	Мілана Ш.

Додаток К

Інтерпретація та результати проведення проективної методики «Неіснуюча тварина» при попередній діагностиці

№	Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Інтерпретація малюнку при попередній діагностиці
1	Деніз О.	Дівчинка	6	Малюнок розташований вертикально та намальований олівцями. Малюнок намальований одним кольором - червоним, без розфарбовування. На малюнку зображено Котозайця (котик, зайчик та лапки кішки. Зайчик злий і любить стрибати по калюжам, він неслухняний, а кішка радісна, добра і любить їсти пиріжки. Дівчинка повідомила, що дуже любить кішок). Малюнок досить маленький, що може свідчити про невпевненість дівчинки. Дуже слабкий натиск олівця, низька деталізація малюнку свідчать про швидку втомленість, емоційну чуттєвість дитини. Малюнок сконструйований з частин різних тварин, що свідчить про нетворчий підхід. При тому лапки кішки відкриті та спрямовані назовні, що свідчить про екстравертність та відкритість дитини (вона дійсно йде швидко на контакт і досить соціальна дівчинка). Розташування лапок окремо від тулуба може свідчити про імпульсивні вчинки дитини. Також, звернула увагу на те, що малюнок поділений на дві частини прямою лінією, наче дитина ділить себе на злу та добру, слухняну і неслухняну. На малюнку промальовані на обох очах вії, досить помітні, що може свідчити про демонстративність в характері, бажання загальної уваги і захоплення. Також, слід звернути увагу на вуха - обидва вуха досить великі, що може свідчити про значимість думки оточуючих

				про себе, а також це може бути ознаками тривожності. Відсутність ніг може говорити про невміліість в соціальних відносинах. Також досить гостре вухо може свідчити про агресивний захист, страх перед чимось та тривогу (тим більше, що спочатку вухо було округле, але виправлено на гостре).
2	Кирил Є.	Хлопчик	5	Малюнок виконаний вертикально простим чорним олівцем з вкрапленням червоного кольору в одному місці. На картинці немає чіткого зображення тварини, є просто заштриховані хаотично певні місця на папері та є навколо цього наче два пустих кола. Дитина повідомила, що це зомбі, яке їсть людей. Сильна штриховка на надавлювання на олівець свідчать про високу тривожність та агресивність. Те, що на малюнку є два пустих кола свідчать про замкнутість та встановлювання кордонів, відгороджуванням від людей, захист від оточуючих та здатність до скритності. Відсутність конкретних деталей та взагалі явною тварини свідчить про психічну нестабільність, небажання виконувати завдання, демонстративність в характері. Використання темних кольорів на малюнку також свідчать про тривогу, страхи та агресію. Також зверху та знизу на папері є штриховка, ніби відгороджувальна лінія, що може свідчити про бажання захиститися від соціуму та від оточуючих людей. І зверху листа майже подвійна штриховка, досить широка, а якщо захисні елементі зображені зверху, то це може означати бажання захиститися від дорослих людей. Низ листа також містить невелику лінію, проте не таку велику, як зверху. А це може бути бажанням захиститися від однолітків, проте це

				виявляється не так інтенсивно, як захист саме від дорослих людей.
3	Назар К.	Хлопчик	5	Малюнок розташований вертикально та зроблений кольоровими олівцями (коричневий, зелений та червоний, контур зроблений чорним олівцем). За словами дитини на малюнку зображена тварина, яка складається з різних частин таких тварин, як: зелений алігатор + зелені крила лебедя + коричневий тулуб людини + роги оленя + червоні лапи павука + вуха ведмедя Також на малюнку є цифра 50, яку дитина описує наступним чином: ця тварина була давно, їй 50 років, 2022-2023 року він пропав, а в 2025 році знову з'явився. Алігатора дитина намалювала зеленим, тому що це воєнна форма. При чому цікаво, що він коли говорив про страхи в іншій діагностиці, то він сказав, що боїться крокодилів. Тобто дитина могла намалювати свій страх, пов'язаний з війною у вигляді алігатора, який символізує військового, якого він боїться. Наявність на малюнку людиноподібної істоти може бути свідченням незадоволеності потреби в спілкуванні. Сама тварина намальована внизу паперу, що є свідченням низької самооцінки дитини, невпевненості в собі. На малюнку також простежується сильний натиск, штрихування, що свідчить про тривожність. Велика кількість кінцівок, які розміщені в різні сторони, можуть свідчити про бажання захиститися від агресії оточуючих. Великі промальовані радужки очей свідчать про страхи. Великі вуха можуть бути свідченням значимості думки оточуючих про себе. Відкритий рот та зуби є ознакою вербальної агресивності, можливо якихось уїдливих висловлювань.

				Доволі широкі ноги можуть бути ознакою того, що дитина потребує опори. На малюнку також присутні символи агресії, такі як: кігті, роги, зуби. Якщо розглядати червоний колір, як внутрішню негативну енергію, то слід звернути увагу, що роги, кігті намальовані червоним кольором, що може свідчити про скриту та пасивну агресію, яка потребує виходу. При тому, що рівень агресії за іншою діагностичною методикою є досить невеликим і складає 1 бал. Це також може слугувати доказом наявної агресії, яка є скрита та поки не проявляється, не знаходить виходу.
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	Малюнок розташований вертикально та виконаний чорним олівцем контурно, без розмальовування. На малюнку зображено мурашку, яка за словами дитини живе дуже далеко, де жарко і де розташовані піраміди. Ця мурашка досить боляче кусається та щипається. Малюнок досить маленький та розташований ближче до низу, що може бути ознакою нерішучості, низької самооцінки та невіри у власні сили. А наявність пустого кола на малюнку також є свідченням замкнутості дитини. Багато лапок у цієї комахи та направлення їх в усі боки може бути ознакою захисту від нападів та агресії зі сторони оточуючих. Щупальця, якими комаха, за словами дитини, кусається боляче та щипається, може бути свідченням агресивного нападу вже зі сторони дитини на оточуючих. Дуже слабкий натиск на олівець та низька деталізація малюнку свідчить про швидку втомленість, емоційну чуттєвість та можливо психічну нестабільність. Також, якщо умовно розділити тварин на загрозливих, уникаючих та нейтральних, то ця комаха більше підходить під опис

				нейтральних тварин. Вибір такого типу говорить про ставлення до себе з боку дитини, як він оцінює себе в оточенні. Дитина вибирає той тип тварини, з якою себе ідентифікує. Доволі великі очі для такого розміру малюнку є ознакою наявності певних страхів у дитини. Використання одного темного чорного кольору також свідчить про тривогу, агресію та страхи
5	Олег Б.	Хлопчик	5	Малюнок розташований вертикально і намальований різнокольоровими олівцями (коричневий, зелений, блакитний, чорний помаранчевий, жовтий та рожевий). На малюнку зображено сонце, черепашку нінзя та слоника «Поппі плейтайм» (я спеціально подивилась в інтернеті, що це за іграшка. Це серія іграшок, які створені компанією Плейтайм. Вони ж створили і хагі вагі. Ці іграшки створювались як помічники, проте з ними вийшло щось не так і у грі вони стають небезпечними). Причому, дитина, при проведенні діагностування страхів за іншою методикою сказала, що боїться пістолет та Хагі-вагі (іграшку). Дитина озвучує, що черепашка – добра, а слоник- злий. У обох звірів великі очі, що свідчить про страхи дитини. Роти у звірів великі та округлі, що свідчить про труднощі в спілкуванні та тривожність. Можливо це є також проявом вербальної агресії. Досить велике сонце на малюнку може означати потребу дитини у позитивних переживаннях. Сильний натиск і багато штрихів, смужок вказують на певну тривожність та переживання. Великі очі з заштрихованими зіницями в обох персонажів вказують на можливі страхи у дитини.

				Ознакою тривожності також є великі вуха, що додатково можуть вказувати на значимість думки інших.
6	Діана М.	Дівчинка	5	Малюнок розташований вертикально і намальований одним червоним олівцем. На малюнку зображено жука, у якого багато рук і ніг. За словами дитини цей жук ховається і його не бачать в піску. Причому, при проведенні діагностики страхів дитина зауважила, що дуже боїться, що вона заховається, а її ніхто не знайде. Реально існуюча тварина говорить про відсутність фантазії та нетворчий підхід. На малюнку відсутні очі, рот та вуха, що може свідчити про труднощі в спілкуванні, небажання щось помічати та чути. Також відсутність цих органів чуття може бути пов’язано з тим, що її не бачать і не чують. Велика кількість рук та ніг говорить про потребу в опорі та підтримці. А також це свідчить про бажання захиститись. І оскільки вони направлені вверх та вниз, то це свідчить про захист від дорослих та дітей. Причому захисту від дітей промальовано більше. Проте зверху руки мають гострі форми та на голові також присутні довгі вусики, що теж є формою захисту але ж проявом агресивного захисту. Деякі лінії обведені по контуру, що може означати підозрілість та острах. На малюнку багато штрихів, смужок, що може вказувати на певну тривожність та переживання. Гострі кути також свідчать про тривожність та певний рівень агресії. Червоний колір може тлумачитися як внутрішня негативна енергія, що потребує виходу. Малюнок розташований ближче до низу, що свідчить про занижену самооцінку дитини, не вірить у власні сили. Можливо хтось із батьків занадто вимогливі або ж

				вимоги не відповідають можливостям дитини. Причому, після проведення цієї діагностики я поговорила з психологом і виявила, що у дитини дійсно є труднощі зі спілкуванням з батьками, бо її батьки дуже зайняті і проводять з нею мало часу.
7	Святослав М.	Хлопчик	5	Малюнок розміщений вертикально і намальований чорним олівцем з додаванням елементу жовтого кольору). На малюнку зображено зебру чорним олівцем контурно та жовте сонце. Дитина сказала, що зебра хороша, добра та живе на фермі з тваринами. Також на словах дитина повідомила, що хотіла намалювати хмаринку чорну, яка закриває трохи сонце і навіть намалював одну лінію, але потім подумав, що не треба. Це також може свідчити про певну тривожність та нерішучість. Реально існуюча тварина вказує на відсутність фантазії, творчого початку або повного небажання малювати. Голова у зебри направлена вліво, що може свідчити про те, що дитина більше міркує, обмірковує, ніж робить. Мають місце нерішучість, страх діяльності, переживання з приводу правильності рішення. У зебри на малюнку лише дві ноги, що може означати пасивність та невмілість у соціальних відносинах. Досить великі та товсті ноги свідчать про велику потребу в опорі та підтримці. Маленька голова в порівнянні з тулубом означає те, що наявність фізичної сили та вміння дати відсіч здаються дитині найбільш важливими, їй не вистачає почуття захищеності. Про наявність тривожності свідчить наведення місцями ліній та тиск при штрихуванні ліній. На малюнку зображено сонечко, що вказує на потребу дитини у позитивних переживаннях.

				Одне око досить великого розміру та має промальовану зіницю, що може свідчити про наявність страху у дитини. Також, висловлювання дитини, що зебра не сама, а живе на фермі з іншими тваринами може свідчити про недостатність в спілкуванні. Використання одного темного кольору при малюванні тварини та контурне зображення також може свідчити про певний рівень тривожності.
8	Максим О.	Хлопчик	6	Малюнок виконаний горизонтально з використання різнокольорових олівці (чорний, помаранчевий, фіолетовий, рожевий). Дитина намалювала їжака з руками, ногами та плавниками, який вміє ходити та плавати. А ще їжак дуже любить їсти лимони. Людиноподібна істота може свідчити про незадоволеність потреби в спілкуванні. Досить велика голова свідчить, що на перше місце ставиться розум, ерудиція. Великі заштриховані очі символізують страхи. Досить великий рот з зубами вказує на певну агресію, вона може проявлятися вербально або мати захисний характер. Досить округлий рот також може символізувати тривожність. Плавники вказують на захист. На малюнку досить яскраво прослідковується сильний натиск та штриховка, що символізує досить високу тривожність та переживання. Малюнок досить маленький, що вказує на невпевненість дитини.
9	Назар Ч.	Хлопчик	6	Малюнок виконаний горизонтально з використанням олівця червоного кольору. Дитина спочатку не хоче показувати малюнок, закриває його руками, наче оберігає. Потім відкриває і описує свій малюнок: це великий зайчик і син зайчика. Вони хороші та люблять моркву, стрибають.

				Реально існуюча тварина свідчить про відсутність фантазії та уяви, творчого початку. Досить великі очі у обох зайців свідчать про певні страхи. У великого зайця відсутні руки, а маленький заєць наче в повітрі. Це може свідчити про відсутність підтримки з боку дорослих та про замкнутість дитини. Бо маленький заєць дивитись на великого, а великий дивиться вперед, не на маленького зайця. Також досить тонкі ноги у маленького зайця можуть свідчити про недостатнє вміння в соціальних стосунках. А великі ноги великого зайця свідчать про потребу в опорі зі сторони дорослого. Слабкий натиск на олівець і зображення малюнка контурно, без зафарбовування може свідчити про швидку втомленість, емоційну чуттєвість дитини. У маленького зайця немає вух, що може означати, що він не чує щось або не хоче чути. При цьому, про діагностиці страхів за іншою методикою було виявлено, що у дитини є страх іти на вулицю ,бо він маленький ще. І на малюнку також зображений дорослий поруч.
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально і намальований олівцем (чорний, коричневий, жовтий). Дитина намалювала сороку з жовтим дзьобом, яка літає та їсть. На малюнку одразу помітні виправлення і на питання до дитини про них, то дитина відповіла, що спочатку планувала малювати ведмедя, а потім передумала. Це може свідчити про нерішучість. А також самовиправлення відносять до самої розповсюдженої ознаки тривожності. Також штриховка це теж є ознакою тривожності та агресивного захисту.

				Також попередні контури можна вважати певними додатковими кордонами, які вибудовує дитина. Дзьоб можна вважати елементом захисту і він направлений наверх, що може означати захист від дорослих людей. Великі заштриховані очі свідчать про наявність страхів. Чорний колір істоти свідчить про невелику тривожність. При чому, по іншій діагностиці дитина описала свій найбільший страх, як страх темряви. І тут вона малює саме темну, чорну птаху з великими очима, що також може бути проекцією страху темряви.
11	Святослав К.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально і намальований за допомогою олівців (чорний, коричневий, жовтий та фіолетовий). На малюнку хлопчик зобразив неіснуючу доісторичну тварину, яка має такі складові: хвіст риби, тулуб бегемота, одне крило орла, інше крило янгола, та дзьоб чайки. За описом хлопчика, це досить легка здобич для хижаків, бо він бачить тільки вперед і вгору, а не бачить вниз та назад. І коли тривожна, то вона швидко летить, щоб на неї не напали. Голова тварини дивиться вліво і це говорить про те, що дитина більше міркує, обмірковує, ніж робить. Мають місце нерішучість, страх діяльності, переживання з приводу правильності рішення. На малюнку також багато штрихів та сильний натиск на олівець, що може вказувати на певну тривожність та переживання. Також ознакою тривожності є те, що на малюнку зображено тварину, яка є легкою здобиччю, жертвою. Два крила, хвіст та дзьоб символізують захист від агресії інших, проте дзьоб також можна розцінювати і як символ агресивності.

12	Поліна Б.	Дівчинка	6	Малюнок розташований вертикально і виконаний різнокольоровими олівцями (помаранчевий, рожевий, чорний, зелений, блакитний, жовтий). Цей малюнок виконаний досить детально, бо на ньому намальовано цілий сюжет, а не просто одна тваринка. Причому, за описом дитини, вона каже, що вона дівчинка цьому малюнку, проте не намалювала собі руки. Намалювала кішку летягу, Котозайця, що стрибає, гусей, які зупиняють кішку летягу, щоб сказати, що його кіт застряг на крилі кота летяги. Також на дереві є гніздо і дитина описує, що там мало яєць «і щоб їх ніхто не вкрав, то вони маскуються, щоб не помітили вороги (орел, сокіл, тигр, лев, леопард)». По малюнку одразу видно, що у дитини дуже гарна уява та фантазія. Багато намальованих деталей свідчить про демонстративність в характері дитини. Відсутність рук може свідчити про певні труднощі в спілкуванні з оточуючими та невміння взаємодіяти з людьми. Великі очі є ознакою певних страхів, а великий замальований рот може означати потребу в спілкуванні. Взагалі у всіх тваринок на малюнку великі очі. Наявне підґрунтя на малюнку у вигляді трави вказує на те, що у дитини є надійна підтримка з боку значущих дорослих. На малюнку також присутні ознаки тривожності: кіт в небезпеці, яйця хочуть забрати дикі тварини, які перерахувала дитина, а також великі промальовані вуха у тварин. Багато озвучених ворогів є проявом страху агресії. Крила свідчать про мрійливість та пошук себе. На малюнку багато взаємодії тварин і хтось комусь допомагає, що свідчить про недостатність допомоги та підтримки для самої дитини, що потребує захисту в реальному житті.

				На малюнку багато сердечок, що може означати необхідність в проявах почуттів.
13	Єва П.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально і намальований олівцями (блакитний та помаранчевий). Дитина намалювала кота, у якого 4 вуха, 4 хвоста та різні очі. На малюнку видно контури попереднього малюнку, самовиправлення, що свідчить про невпевненість дитини та про її тривожність. Велика кількість ніг свідчить про необхідність в підтримці. Відсутність рота означає, що дитина боїться щось висловити або щось приховує. Різні кольори очей, а також опис дитини, що це він одягнув лінзи, може означати демонстративність дитини, а також бажання показати себе іншою, не такою, як є насправді, прикрасити себе. Чотири вуха означає, що дитина досить сильно прислухається до думок оточуючих, які на неї впливають. Великі очі з промальованими зіницями означають певні страхи у дитини. Сильний натиск та штрихування є також ознаками тривожності. Велика кількість сердечок на вухах і біля тваринки) свідчать про потребу в позитивних емоціях та прояву почуттів по відношенню до дитини.
14	Катя О.	Дівчинка	4	Малюнок розташований горизонтально та зроблений олівцем жовтого кольору. Дитина сказала, що намалювала мавпу, що їсть банани та висить на дереві. Слід звернути увагу на те, що на малюнку присутні наклейки, які можу свідчити про бажання виглядати краще та може бути ознакою демонстративності. Відсутність вух свідчить про те, що дитина не бажає чогось чути. Також, при іншій діагностиці на виявлення страхів, дитина озвучила, що боїться, коли її сварить мама.

				І якщо цей страх співставити з малюнком і відсутністю вух, то можна сказати, що дитина дійсно не хоче чути, коли її сварять. У мавпи також великий відкритий рот , що може свідчити про проблеми в спілкуванні та може бути ознаками тривожності. Висунутий язик може бути ознакою вербальної агресії (можливо не явно, а бажання висловити своє незадоволення в чомусь). Руки у мавпи розставлені досить широко в сторони, що може означати бажання захиститися від інших та окреслити свої кордони.
15	Назар П.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально і намальований олівцями (чорний, червоний, помаранчевий та зелений). Зі слів дитини на малюнку зображено голова кота, лапи павука і на малюнку йде червоний кровавий дощ. І щоб було страшно дитина намалювала на лапках павука скелетів. На малюнку дуже багато штрихів та сильний натиск на олівець, що свідчить про високу тривожність. Дуже великі очі означають страх, тим більше зіниці та рот промальовані досить яскраво червоним кольором. Це також може свідчити про страх щось побачити або страх від того, що він вже бачив, а також страх щось говорити. Також, при проведенні іншої діагностики дитина описала свій найбільший страх, що помре мама. Також хлопчик озвучив, що ті скелетики, які він намалював на лапках, це ті люди, які вбила ця істота, що свідчить про високий рівень агресії. Після проведення діагностики та розмови з дитиною, я провела розмову з психологом і вияснила, що цього хлопчика його батьки водили в кінотеатр на фільм «Вій». Зараз з дитиною працює психолог.

				Велика кількість ніг свідчить про потребу в опорі. На малюнку присутні гострі кути, що може бути ознакою агресивного захисту, страху та тривоги. Кров на малюнку у вигляді кровавого дощу може бути ознакою невротичної агресії.
16	Міша	Хлопчик	5	Малюнок розміщений горизонтально та виконаний зеленим олівцем контурно без зафарбовування. Дитина сказала, що не знає хто це, проте в нього дуже багато лапок і він ними захищається. Малюнок розміщений внизу сторінки, що може означати занижену самооцінку. Досить великі осі свідчать про певні наявні страхи. Багато лапок означає потребу в захисті та підтримці. Дуже слабкий натиск на олівець та низька деталізація малюнку свідчать про швидку втомленість, емоційну чуттєвість дитини, психічну нестабільність. Відсутність вух, рота, носа може свідчити про інтровертованість та зосередженість на собі.
17	Матвій А.	Хлопчик	5	Малюнок розміщений горизонтально та зроблений олівцем (коричневий та блакитний). На малюнку зображений заєць між двох дерев. Малюнок розміщений ближче до нижнього краю листка, що може означати занижену самооцінку. Намальовані дерева по бокам можуть бути потребою в захисті. Проте те, що заєць розміщений наче в повітрі над деревами, то це може свідчити про потребу вийти за рамки, відійти від надмірної опіки та контролю. Великі вуха можуть свідчити про значимість думки оточуючих для цієї дитини.

				Досить великі виступаючі вуса можуть свідчити про бажання захиститися.
18	Марк	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально і намальований олівцями (блакитний, фіолетовий, червоний і чорний). Хлопчик сказав, що намалював доісторичну водяну істоту ангромаю. На малюнку у істоти 4 ока, що може свідчити про наявний сильний страх у дитини. Наявність гострих кутів в три сторони може свідчити про певну тривожність та бажання захиститись від чогось або від когось. Зуби у істоти можуть свідчити про наявність вербальної агресії. Загалом, на малюнку гострі кути та гострі зуби є символами агресії, проте при проведенні іншої діагностичної методики виявилось, що у дитини рівень страху «-20». Тобто ці показники з урахуванням цього малюнку можуть свідчити про велику кількість скритої та непроявленої агресії, яка можливо забороняється дорослими і тому не проявляється дитиною. Або це може свідчити про деякі ситуації, в яких дитина намагається захистити себе і таким чином малює досить багато елементів агресивного захисту. На малюнку присутній сильний натиск та штрихування, що може вказувати на певну тривожність та переживання дитини.
19	Мирон Т.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально та виконаний чорним олівцем. Дитина описує, що намалювала слона, який є заразним і щось з ним не так, він кашляє і стає монстром. Малюнок досить маленький і розміщений внизу аркуша в лівому куточку, що може свідчити про боязнь проявлення в соціумі та низьку самооцінку дитини, про те, що дитина не вірить у власні сили та відчуває себе слабким.

				Прослідковується страх дитини, що її не приймуть, що вона не така, як всі. Багато захисних елементів, які розташовані в різні сторони, можуть свідчити про бажання захиститися від нападок інших людей. Після розмови з психологом, я вияснила, що дитина близько півроку лежала в лікарні і зараз дійсно важко знову повертається в соціальні кола та важко знаходить спільну мову з дітьми. І у дитини прослідковується агресія, проте вона більше захисна, для того, щоб не дати себе ображати.
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (червоний, чорний, блакитний, рожевий). На малюнку зображений котик-людина, який дружить з іншим котиком. На малюнку досить багато штрихування та червоного кольору, що може свідчити про тривожність та агресію. Можливо у дитини дуже багато непроявленої та скритої агресії, оскільки за іншою методикою у дитини дуже низький рівень агресії (-8). Можливо дитині не дають проявляти всі емоції і вона їх стримує в собі. Оскільки дитина декілька разів потворила про дружбу, то можливо їй не вистачає соціального спілкування з однолітками. Очі у обох істот досить великі, що свідчить про наявність страхів. Також, на малюнку великий кіт навколо сильно заштрихований червоним, а маленький кіт немає навколо себе таких кольорів. Це може свідчити про агресію зі сторони дорослих і бажання відгородитись від цього. Гострі кути також свідчать про наявність тривожності у дитини.
21	Мілана Д.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально та виконаний різнокольоровими олівцями

				(червоний, фіолетовий, жовтий, помаранчевий, рожевий, чорний). На малюнку зображений єдиноріг з двома серцями. На малюнку простежується досить сильний натиск та штриховка, що може свідчити про певну тривожність. Також, слід звернути увагу, що дитина малює єдинорога в одному серцю, а потім поєднує друге серце лінією. Це може свідчити про певну відстороненість батьків та бажання дитини в підтримці, любові, в певному емоційному зв'язку. Відсутність очей також може свідчити про певну тривожність та небажання щось бачити та помічати. Гострі роки та вуха можуть бути ознаками певної агресії дитини або захистом від оточуючих.
22	Артем Я.	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (зелений, жовтий, червоний, коричневий та блакитний). На малюнку намальований динозавр, банан-зомбі, сонце та небо. За словами дитини вони всі злі та вбивають людей, а зомбі-банан по ночам ходить та лякає людей. На малюнку зображено сонечко, що вказує на потребу дитини у позитивних переживаннях. На малюнку багато штрихів, смужок, що може вказувати на певну тривожність та переживання. Досить великі очі у обох персонажів може означати наявність страхів у дитини. Можна помітити символи агресивної поведінки: зуби. Досить великий рот може свідчити про бажання в спілкуванні або наявність труднощів в спілкуванні. Товсті ноги можуть свідчити про бажання в підтримці та опорі, а маленькі руки – про недостатність підтримки. Також, за іншою діагностикою у дитини був виявлений страх темряви та страх

				кричати. Якщо це співставити з малюнком, то цей банан, який ходить вночі та широко відкритий рот можуть підтверджувати ці факти.
23	Єлісей	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально і намальований різнокольоровими олівцями (коричневий, зелений, блакитний, рожевий, жовтий, чорний). Одна нога короче іншої може свідчити про тривогу, про боязнь робити перші кроки, несміливість в прийняті рішень. Досить маленька голова може свідчити про те, що дитина вважає інтелектуальний розвиток не важливим. Серце на персонажі може свідчити про потребу в емоційності, в прояві почуттів. Великий рот є ознакою готовності до спілкування. На малюнку досить багато штрихів, що може вказувати на певну тривожність та переживання дитини. Руки в сторони та хвіст в сторону можуть свідчити про потребу захищатися та встановлювати певні кордони від оточуючих.
24	Дарина К.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально та виконаний різнокольоровими олівцями (чорний, блакитний, жовтий, червоний). На малюнку зображений Єдиноріг на ім’я Магія вітру, але він не літає. Таке ім’я та опис може свідчити про те, що дитина поки щось не вміє робити, проте дуже хоче. Відсутність рота означає не бажання щось говорити, замкнутість, невміння спілкуватися з оточуючими людьми. Ріг є проявом певного агресивного захисту від нападів оточуючих людей. Грива та багато сердечок вказують на чуттєвість та бажання в прояві почуттів. Довгі та чітко промальовані вії свідчать про демонстративність дитини, про бажання прояву в зовнішньому світі.
25	Ліза С.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально та виконаних різнокольоровими олівцями

				(коричневий, жовтий, зелений, рожевий, чорний). На малюнку зображений єнот, який ходить по траві і йому світить сонце. Досить сильний натиск та штриховка може свідчити про певний рівень тривожності. Великі промальовані очі вказують на певні страхи дитини. Відсутність рота означає не бажання про щось говорити або невміння соціального спілкування. На малюнку зображено сонечко дуже великого розміру, що вказує на досить велику потребу дитини у позитивних переживаннях. Наявність трави вказує на те, що у дитини є надійна підтримка з боку значущих дорослих. На малюнку дуже великий хвіст та гострі вуха означають певні захисні елементи.
26	Кіра Р.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (коричневий, блакитний, зелений, рожевий, жовтий, чорний). На малюнку зображений Кроколюдина (крокодил та людина, хвіст білки). Досить маленькі руки можуть вказувати на невпевненість в соціальних стосунках, невміння взаємодіяти з оточуючими. Серце означає потребу в емоційній підтримці. Хвіст - це захист від оточуючих та встановлення певних кордонів. Сильний натиск та штрихування є ознакою високої тривожності. Широко відкритий рот може означати труднощі в спілкуванні та потреба в допомозі.
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	Малюнок розташований вертикально та зроблений простим олівцем. На малюнку намальована кішка з довгим хвостом, що може символізувати бажання захиститися.

				Дитина озвучила, що у кішки є кігті, щоб відлякувати ворогів, що може символізувати також потребу в захисті. Темні замальовані очі можуть символізувати страхи дитини.
28	Матвій Б.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально і намальований різнокольоровими олівцями (чорний та рожевий). На малюнку зображено собаку-єдинорога з крилами та рогом. Проте на малюнку є виправлення, що відносяться до ознак тривожності. Намальоване серце свідчить про необхідність в емоційній підтримці та в прояві почуттів. Дуже великий ріг, направлений вгору, може свідчити про бажання захиститись від дорослих та може бути ознакою агресивності або агресивного захисту. Тонкі ноги означають недостатню підтримку та опору. Великі вуха свідчать про те, що дитина прислухається до думки оточуючих.
29	Каміла Г.	Дівчинка	6	Малюнок розташований вертикально та намальований різнокольоровими олівцями (червоний, чорний, жовтий, помаранчевий, зелений, блакитний, синій, фіолетовий). На малюнку зображений Кіт-Єдиноріг. На малюнку присутня штриховка та сильний натиск, що є проявом тривожності. Великі гострі вуха та гострий ріг є проявами агресивності. Це може бути як агресивний напад, так і захист від агресії. Досить великі і промальовані очі з радужками означають страхи дитини. Великий хвіст є ознакою захисту від оточуючих. Відсутність рук може означати недостатність підтримки дитини в реальному житті.
30	Мілана Ш.	Дівчинка	6	Малюнок розташований вертикально і намальований олівцем та фломастерами

				(червоний, фіолетовий, блакитний, зелений та коричневий). На малюнку зображений заєць з довгими вухами, який робить випорожнення. Великі вуха можуть свідчити про те, що дитина дослухається до думи оточуючих. Великі очі говорять про наявність страхів. Великі вуса, руки в сторону є захисними елементами, які окреслюють кордони. Акцентування на випорожненнях може свідчити про нехтування нормами поведінки та схильністю до хуліганських дій.

Додаток Л

Корекційна програма для стабілізації емоційного стану, зниження рівня тривожності, агресивності та страхів дітей старшого дошкільного віку «Арт-терапія емоційного стану»

Автор:
Сайтарли Наталія Анатоліївна
2025 року

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Війна, яка триває вже не перший рік, має руйнівний вплив на всіх. Найбільш травматично вона впливає на психіку маленьких дітей. Навіть якщо дитина не зазнала безпосередньо травми, вона відчуває її опосередковано, оскільки живе в умовах постійної небезпеки, коли чує звуки повітряної тривоги. Військові конфлікти стають причиною розвитку підвищеної тривожності та агресивності у дітей. Тому діти дошкільного віку потребують допомоги у розумінні та проживанні своїх емоцій, у подоланні стресових та тривожних станів.

Дошкільний вік - це період активного засвоєння соціального досвіду, розвитку самосвідомості та формування поведінкових реакцій. Емоції є невід'ємною частиною життя дитини. Їх не можна ігнорувати, оскільки дітям ще складно самостійно виражати свої емоційні переживання. Тому важливо створити безпечний простір для вираження почуттів та емоцій.

Ефективним засобом такої допомоги є арт-терапія, що дозволяє дітям безпечно виразити свої почуття та допомагає зняти напругу, покращити настрій, знизити рівень тривоги та агресивних проявів.

Програма розроблена для дітей 4-6 років і складається з 15 занять. Тривалість заняття - 45 хв. Заняття проводиться в першій половині дня 1-2 рази на тиждень. Тривалість циклу - від 1 до 4 місяців. Кількість учасників у групі - 10-15 дітей.

Мета корекційної програми: стабілізація емоційного стану дітей шляхом зниження тривожності, агресивності та страхів за допомогою арт-терапевтичних методів; профілактика проявів тривожності, агресивності, невпевненості, імпульсивності, страхів у дітей.

Завдання корекційної програми:

1. Корекція емоційного стану.
2. Зменшення рівня тривожності.
3. Зниження агресивних проявів.
4. Зменшення страхів.
5. Профілактика проявів тривожності, агресивності, страхів, імпульсивності, невпевненості.

Вікова категорія: діти старшого дошкільного віку (4-6 років).

Форми і методи Арт-терапевтичної роботи*:*

1. Ізотерапія
2. Піскова терапія
3. Музикотерапія.
4. Казкотерапія.
5. Мандалотерапія.
6. Глинотерапія.

Структура заняття:

1. Ритуал початку заняття (ритуал вітання).
2. Основна частина (виконання завдання).
3. Ритуал завершення заняття (ритуал прощання).

Очікувані результати: після завершення корекційної програми у дітей дошкільного віку очікується зниження рівня тривожності, агресивності та страхів, а також покращення здатності до емоційного саморегулювання.

Методи моніторингу та оцінки ефективності програми:

1. **Методика «Вибери потрібне обличчя»** (Р.Теммл, М.Доркі, В.Амен) - для діагностики рівня тривожності
2. Методика «Руки» Е.Вагнера - для виявлення агресивності.
3. Казка-тест Луїзи Дюсс «Страх» - для виявлення страхів
4. Методика «Неіснуюча тварина» - для діагностики емоційного стану.

Структура та обсяг корекційної програми:

«Арт-терапія емоційного стану»

№	Назва теми заняття	К-ть годин
1.	**Заняття 1.** 1. Вправа «Знайомство». 2. Ритуал вітання. 3. Вправа «Картки сили». 4. Вправа «Я – супергерой». 5. Вправа «Дерево настрою». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
2.	**Заняття 2.** 1. Ритуал вітання. 2. Казка «Світлячок, який переміг темряву». 3. Вправа «Магічні крапочки». 4. Вправа «Малювання пальчиками». 5. Вправа «Емоційний кубик». 6. Ритуал прощання.	45 хв.

3.	**Заняття 3.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Малюємо музику». 3. Вправа «Фольга». 4. Вправа «Емоційний кубик-пазл». 5. Ритуал прощання.	45 хв.
4.	**Заняття 4.** 1. Ритуал вітання. 2. Казка «Кактус». 3. Вправа «Малюємо кактус». 4. Вправа «Картки з емоціями». 5. Ритуал прощання.	45 хв.
5.	**Заняття 5.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Малюємо мандалу» 3. Вправа «Знайомство з піском». 4. Вправа «Емоції на магнітах». 5. Ритуал прощання.	45 хв.
6.	**Заняття 6.** 1. Ритуал вітання. 2. Казка про дівчинку, яка боялась темної комори. 3. Вправа «Каракулі» 4. Вправа «Музикотерапія». 5. Вправа «Фотографії з емоціями». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
7.	**Заняття 7**. 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Обійманці». 3. Вправа «Лаподруже». 4. Вправа «Мій настрій на піску». 5. Ритуал прощання.	45 хв.
8.	**Заняття 8.** 1. Ритуал вітання. 2. Казка про Петрика. 3. Вправа «Добро і зло» 4. Вправа «Музикотерапія». 5. Вправа «Дерево настрою». 6. Ритуал прощання.	45 хв.

9.	**Заняття 9.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Музикотерапія». 3. Вправа з піском «Я і моя сім'я». 4. Вправа «Малюнок сім'ї». 5. Вправа «Емоційний кубик». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
10.	**Заняття 10.** 1. Ритуал вітання. 2. Казка про боязливе зайченя. 3. Вправа «Малюємо страх». 4. Вправа з повітряним пластиліном «Перемога над страхом». 5. Вправа «Емоційний кубик-пазл». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
11.	**Заняття 11.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Кружечки настрою». 3. Вправа «Мандала з повітряного пластиліну». 4. Вправа «Танець емоцій». 5. Вправа «Картки з емоціями». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
12.	**Заняття 12.** 1. Ритуал вітання. 2. Казка «Королева капризуля». 3. Вправа з піском «Хованки». 4. Вправа «Малюнок на склі». 5. Вправа «Мій настрій на піску». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
13.	**Заняття 13.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Клякса (монотипія)». 3. Вправа «Кулька-антистрес». 4. Вправа «Фотографії з емоціями». 5. Ритуал прощання.	45 хв.
14.	**Заняття 14.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Я радію».	45 хв.

	3. Вправа «Краплетерапія». 4. Вправа «Дерево настрою». 5. Ритуал прощання.	
15.	**Заняття 15.** 1. Ритуал вітання. 2. Вправа «Груповий малюнок». 3. Вправа «Групова казка». 4. Вправа «Музикотерапія». 5. Вправа «Емоційний кубик». 6. Ритуал прощання.	45 хв.
	Всього:	11 год. 25 хв.

ЗАНЯТТЯ 1.

Мета: створення позитивної мотивації й зацікавленості дітей на заняттях, згуртування дітей та пошук їх сильних сторін. Зняття емоційного напруження, створення емоційно комфортної атмосфери в групі.

Хід заняття

7. **Вправа «Знайомство».**

Інструкція: Діти стають у велике коло. Одна дитина каже своє ім'я та дає п'ять рукою дитині, яка стоїть справа від неї. І так по колу.

8. **Ритуал вітання.**

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «Добрий день».

9. **Вправа «Картки сили».**

Матеріал: ігрові та терапевтичні картки для роботи із дітьми від Світлани Ройз «Картки сили».

Інструкція: Можна використовувати один із запропонованих варіантів роботи цієї вправи.

Варіант 1: Запропонувати дитині обрати картку, яка їй подобається, і виконати дію, вказану на звороті картки.

Варіант 2: Запропонувати дитині обрати картку, яка їй подобається, і запитати: Чому ти обрав/обрала саме цю картинку? Чим тобі подобається ця тварина? Якби в тебе була сила цієї тварини, що б ти міг тоді робити та як використовувати цю силу? Де всередині тебе зберігатиметься сила образу, що на картці?

10.Вправа «Я – супергерой».

Матеріал: аркуш білого паперу А4, олівці/фломастери/фарби/пензлики.

Інструкція: Дитині пропонують на аркуші намалювати супергероя, на якого вона хотіла би бути схожою. Це може бути відомий герой з фільмів, книг, мультфільмів або ж придуманий дитиною. Обов'язково потрібно зазначити, якою суперсилою він володіє, і дати йому ім'я.

11.Вправа «Дерево настрою».

Матеріал: Завершуємо це і послідуючі заняття експрес-діагностикою емоційного стану та настрою дитини. Пропоную на кожному занятті використовувати різний стимульний матеріал. На цьому занятті пропоную використовувати магнітне дерево з яблуками, на яких зображені різні емоції.

Інструкція: запропонувати дитині обрати її настрій і повісити на дерево.

12.Ритуал прощання.

Матеріал: наклейки.

Інструкція: Діти стоять в колі та беруться за руки і всі разом піднімають скріплені руки і кажуть «До побачення». Дітям також дається одна наклейка наприкінці заняття.

ЗАНЯТТЯ 2

Мета заняття: створити емоційний комфорт, позбутися напруження, знизити прояви страху темряви, знизити рівень тривожності.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).
2. **Казка «Світлячок, який переміг темряву».**

Матеріал: казка та питання для обговорення.

Інструкція: читаємо казку, а потім задаємо питання для обговорення.

Світлячок, який переміг темряву. Казка про страх темряви (автор – Аліса Різніченко).

У лісі, серед високих дерев та таємничих стежок, жив собі маленький світлячок. Він був дуже сміливим та завзятим. Щодня він вирушав на свою відважну роботу, яка полягала в тому, щоб розвіювати темряву ночі своїм мерехтливим світлом. Його світло було найяскравішим у всьому лісі, але якось вийшовши черговий раз на вулицю лісу вночі, темрява здавалася надзвичайною і страшною. Світлячок зупинився, його серце билось так швидко, що він майже не міг рухатися. Темрява кружляла великими тінями навколо нього, і він відчував, як страх охоплює його тіло та думки. Тоді він почав думати, чому можна злякатись

темряви. "Вона невідома і приховує багато таємниць", - заговорив Світлячок сам з собою. Але що ж робити з цим страхом? Як його позбутись?
Світлячок затремтів від напруження. Він згадав, як його тітка колись розповідала про внутрішнє світло, яке кожен має у своєму серці. Вирішивши викликати своє внутрішнє світло, щоб подолати страх, Світлячок заплющив очі та промовив: "Моє світло сильніше за темряву!". Він повторював це до тих пір, поки не відчув, що спокій повертається в його серце.
Тепер, коли він дивився на темряву, він бачив її не як загрозу, а як частину нічного чарівного лісу. Він вже не боявся, а навпаки, відчував себе ще більш сміливішим, адже знав, що його світло може пройти крізь будь-яку темряву.
За цим з віконця свого будиночку спостерігав маленький ведмежа Моллі. Малеча із захопленням дивився на те, який відважний Світлячок, що може гуляти вночі. Моллі відкрив віконечко і тихенько погукав Світлячка до себе. "Чому ти не боїшся темряви?" - здивовано запитав ведмежа.
- Тому що, темрява, незважаючи на її містичний вигляд, є лише відображенням власних страхів та невизначеностей. І коли ми знаходимо внутрішню силу, щоб протистояти цій темряві, ми відкриваємо нову віру в себе» - відважно відповів Світлячок.
Вони ще трішки поговорили і Моллі, подякувавши за розмови, відправся спати.
А Світлячок продовжив свою подорож, несучи з собою світло й надію у кожному кроці. І тепер він знав, що навіть у найтемнішій нічці можна знайти свій шлях, якщо серце сповнене внутрішнього світла та відваги.

Питання до обговорення:

- Як ви думаєте, чому світлячок спочатку злякався темряви?
- Що зробив світлячок, щоб подолати свій страх?
- Як внутрішнє світло допомогло світлячку в цій ситуації?
- Як ви розумієте вислів "темрява - це лише відображення власних страхів"?
- Які важливі уроки можна винести з цієї історії?

3. **Вправа «Магічні крапочки».**

Матеріал: аркуш білого паперу А4, фломастери.
Інструкція: роздаємо дітям по аркушу білого паперу А4 та пропонуємо обрати по одному фломастеру. Пропонуємо дітям закритими або відкритими очима поставити на листочку в різних місцях 10 крапочок. Потім пропонуємо їх з'єднати і подивитись, що вийшло. І тут уже можна запропонувати дітям пофантазувати, на що це схоже, а також доповнити малюнок якимось деталями (очі, ніс, будь-що).

4. **Вправа «Малювання пальчиками».**

Матеріал: аркуш білого паперу А4, будь-які фарби (є спеціальні пальчикові фарби, але можна використовувати гуаш, акрил).
Інструкція: діти на білих аркушах А4, обмочуючи пальчики у фарби, малюють малюнок. Тема малюнка вільна, хто що бажає малювати на даний час.
Після закінчення вправи можна задати декілька питань: Що намальовано? Що робить персонаж на малюнку? З яким настроєм малювала дитина цей малюнок? і т.д.

5. **Вправа «Емоційний кубик».**

Матеріал: Кубик з зображенням обличчя людини з різними емоціями на кожній грані.
Інструкція: пропонуємо дітям по черзі обрати ту емоцію та настрій, які вони зараз відчувають.

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 3

Мета заняття: зняття напруги та тривожності, зменшення агресивності, профілактика агресивних проявів.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Вправа «Малюємо музику».**

Матеріал: по 2 аркуші білого паперу А4, олівці/фломастери/фарби/пензлики. 2 мелодії: Мирослав Скорик «Мелодія», Ф.Шопен «Колискова для янгола». За бажанням можна використовувати мобільний телефон або портативну колонку.
Інструкція: перед початком вправи говоримо дітям, що музику можна не тільки слухати, але й малювати її. «Сьогодні ми намалюємо з вами дві мелодії. Я зараз ввімкну першу мелодію без слів і ви можете малювати все, що відчуваєте, що хоче повідомити вам ця мелодія, про що вона для вас». Вмикаємо першу мелодію. Потім роздаємо другий листочок і все теж саме повідомляємо дітям і вмикаємо другу мелодію. По закінченню вправи обговорюємо з дітьми виконання цієї вправи, запитуємо про настрій, про емоції, про образи, які виникали у них.

3. **Вправа «Фольга».**

Матеріал: шматок фольги (приблизно розміром А4) для кожної дитини і один шматок для наочності.

Інструкція: беремо один шматок фольги і показуємо дітям, який він гарний та виблискує. І приводимо дітям метафору-порівняння цього шматочка з їхнім емоційним станом, коли вони радісні та спокійні. Але коли вони відчувають агресію до когось, то з їхнім настроєм, емоціями відбувається наступне: і в цей час жмакаємо частину фольги. Далі зупиняємось і пояснюємо, що негативні емоції, агресію можна відслідковувати і вчасно зупинятись, щоб не зриватись на близьких людях. І всю цю агресію можна «виплеснути» на папері, або, наприклад, на тій же фользі. І далі роздаємо дітям по шматочку фольги і пропонуємо з неї виліпити будь-що (це може бути те, що викликало негативні емоції, або щось позитивні).

4. **Вправа «Емоційний кубик-пазл».**

Матеріал: емоційні кубики-пазли.

Інструкція: запропонувати дітям обрати свій настрій на картинці, а потім за допомогою кубиків-пазлів скласти цю картинку.

5. **Ритуал прощання.**

(Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 4

Мета заняття: зниження рівня агресивності та тривожності.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**

(Див. заняття 1).

2. **Казка «Кактус».**

Матеріал: казка «Кактус» (автор - Ольга Кітура)

Інструкція: читаємо казку, а далі обговорюємо.

Казка «Кактус»

В одному чарівному місті жило багато тварин, які дружили і раділи дружбі. Але у цьому місті було місце, куди тварини не любили ходити. Як тільки вони підходили до нього, то вигукували: – Ой! Ай! *(Тут потрібно запитати учасників: Як Ви думаєте чому?).*

У цьому місці росла рослина з якою звірята не хотіли дружити. *(Питання до учасників: Яка це рослина?)*.

Це був кактус який, мав великі колючки. І коли звірята підходили до кактуса, то викрикували ой-ой, бо кактус їх колов своїми колючками. Ви ж пам’ятаєте, що

місто було чарівне? Тому в ньому ніколи не йшов дощ, завжди було сонячно і тепло. Одного дня несподівано почали насувати хмаринки на місто, здійнявся вітер, хмаринок ставало більше і пішов теплий дощ. Звірята раділи такому явищу, вони стрибали по калюжах, наставляли свої личка під дощик. Їжачок, який так само як й інші звірятка, радів дощику, скрутився в клубочок і почав кувиркатися швидко-швидко. Коли він розплющив очі, то дуже злякався *(Питання до учасників: Як ви думаєте чого, кого?)*
Їжачок опинився прямісінько біля кактуса. Але трапилось ще одне диво: у кактуса зникли всі колючки і утворились великі, духмяні квіти. Всі дуже зраділи, що можуть потоваришувати з кактусом. Кактус став звірятам справжнім другом! Звіряти називали його не злючкою-колючкою, а Диво-кактусом!

Далі обговорюємо з дітьми казку: Чого вчить ця казка? Хто сподобався із учасників казки, а хто ні? Чому? Коли люди можуть поводитися як кактус, а коли «розквітають»?

3. **Вправа «Малюємо кактус».**

Матеріал: аркуш А4, фломастери/кольорові олівці.
Інструкція: запропонувати намалювати кактус. Після чого обговорюємо з дітьми малюнки (колючки, прикраси кактуса і так далі).

4. **Вправа «Картки з емоціями».**

Матеріал: Карткова гра «Kimi - Покажи свої емоції».
Інструкція: запропонувати дітям обрати картку, яка відповідає тій емоції, яку наразі відчуває дитина.

5. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 5

Мета заняття: зниження рівня тривожності, профілактика та зняття емоційної напруженості та стабілізація емоційного стану дітей.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Вправа «Малюємо мандалу»**

Матеріал: заздалегідь намальовані або розпечатані на принтері кола на квадратному аркуші (аркуші А4 необхідно обрізати до форми квадрату).
Інструкція: розказуємо дітям, що мандала - це малюнок у колі. У мандали, як і у людини, є своє сердечко – центр, з якого завжди починаємо малювання мандал. Далі роздаємо дітям ці аркуші з намальованими колами, даємо кольорові олівці

або фломастери на вибір. І пропонуємо намалювати малюнок в колі. Далі обговорюємо з дітьми малюнки.

3. **Вправа «Знайомство з піском».**

Матеріал: невеличка пісочниця з піском, яка розміщується на столі.

Інструкція: показуємо дітям пісочницю та говоримо: «Діти, давайте привітаємось з пісочком. Подивіться, який він гарний. Ви з ним вже знайомі: гралися з ним у пісочниці. А що пісок може навчити людей? Не сваритися, не кидатися піском, не розсипати його, не руйнувати створене іншими дітьми. Отже, пісок прийшов до нас, щоб розповісти свої таємниці, цікаві історії та казки. Давайте походимо долоньками по піску. А тепер візьміть пісок у руки, невисоко піднімемо руки і повернемо назад пісок. Вам подобається на дотик пісок? На пісочку можна навіть малювати, а не тільки гратись ним в пасочки. І далі пропонуємо дітям по черзі намалювати щось пальчиком на піску. Якщо дитині важко придумати, то можна допомогти – запропонуйте намалювати сонце, квітку, хмаринку (все, що легко намалювати).

4. **Вправа «Емоції на магнітах».**

Матеріал: магнітна гра Vladi Toys «Емоції».

Інструкція: запропонувати дітям скласти магнітний пазл з тою емоцією, яку наразі відчуває дитина.

5. **Ритуал прощання**.
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 6

Мета заняття: донесення нових знань, певної моралі, зменшення рівня страхів, вміння справлятися з негативними емоціями, зняття тривожності та напруги, релаксація та стимулювання позитивних емоцій.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Казка про дівчинку, яка боялась темної комори.**

Матеріал: казка про дівчинку Настю, яка боялась темної комори (автор – Ю.Кулешова).

Інструкція: прочитати казку та потім обговорити з дітьми прочитане.

Казка про дівчинку Настю, яка боялася темної комори

Жила собі дівчинка Настя. Жила з мамою й татом в затишній і великій квартирі. В Насті була своя маленька кімнатка, де разом із нею жили її іграшки. Все було б чудово, але боялася Настя проходити біля темної комори, в якій зберігалися різні старі речі й багато баночок з варенням.

Одного разу вся сім'я зібралася снідати на кухні. «Ой, я ж варення забула принести, — сказала мама, — Настя, сходи й візьми в коморі баночку з варенням». Серце Насті дуже сильно почало битися, вона злякалася, але все ж таки пішла до комори. Підійшла до дверей і зупинилася, бо ж страшно було навіть заглянути в комору, не те щоб зайти туди. Вона постояла біля дверей і повернулася назад на кухню. «Ні, мамусю, — тихенько сказала вона, — ти краще сама принеси варення, а то я не знаю яке узяти». Мама пішла й скоро повернулася з банкою смачного варення.

Цілий день Настя думала про те, що трапилося вранці. Незручно якось вийшло, адже мама просила її допомогти, а вона не змогла виконати доручення. Ввечері Настя лягла спати в своє тепле, м'яке, затишне ліжечко, поклала біля себе ведмедика й швидко заснула І приснився Насті дивний сон, наче вся квартира ожила і всі кімнати розмовляють між собою.

«Які гарні у нас господарі, добрі, турботливі, акуратні. А маленька господиня — така мила дівчинка, любить дивитися мультфільми», —сказала Вітальня.

«У мене Настя часто буває, спить, грається з своїми іграшками й спілкується з друзями, а у вихідні прибирає», —похвалилася Дитяча Кімната.

«І в мене часто буває, — сказала Кухня, — снідає, обідає, вечеряє, допомагає мамі сервірувати на стіл і прибирати з нього, часто потайки від мами бере з серванту цукерки, але я про це нікому не розказую».

«А знаєте, яка вона смішна вранці, така сонна, —сказала Ванна Кімната, —а коли купається, то так весело грається з мильними бульбашками».

«А до мене вона навіть не заглядає, — хтось тихенько мовив. Це сказала Комора й сумно зітхнула.

«Але чому? — вигукнула Ванна Кімната, —адже в тебе зберігається скільки цікавих речей, скільки всього смачного».

«Коли маленька господиня хворіла й кашляла, в тебе знайшлася для неї баночка меду», — озвалася Кухня.

«Напевно вона боїться мене, тому що на самих нижніх полицях зберігається багато речей, покритих пилюкою й павутинням, і взагалі, я темна й нецікава кімната, — сказала Комора й тихенько заплакала.

Інші кімнати почали заспокоювати Комору. «Але в тебе є так багато старовинних речей, а історії, які вони можуть розказати такі романтичні, загадкові, цікаві», — сказала Вітальня.

«Не плач, Коморо, я впевнена, що моя господиня обов'язково прийде одного дня до тебе й зрозуміє, що ти зовсім не страшна», — вигукнула Дитяча Кімната.

Аж тут у віконечко заглянув промінець сонечка й кімнати замовкли.

Прокинулася Настя й думає, приснилося їй це, чи справді вона чула, як кімнати розмовляли. Шкода їй стало комори, зістрибнула вона з ліжечка, побігла

до комори, тихесенько відкрила двері. Сонячні промені проникли в темну, маленьку кімнату, й Настя побачила, що комора зовсім не страшна, трошки тісно тут, трошки темно, але так загадково. А ось і баночки стоять з її улюбленим варенням.

«Настя, де ти? Біжи мити личко й чистити зуби, пора вже снідати», — долинув голос мами з кухні.

«Я ще прийду до тебе», — пообіцяла Настя й побігла у ванну кімнату. Коли сім'я сіла снідати, мама знову згадала, що немає на столі варення й хотіла піти по нього до комори.

«Сиди, мамусю, я зараз принесу», — сказала Настя. Вона підбігла до комори, відкрила двері, і, їй здалося, що всі баночки посміхаються. «Я тепер буду часто до тебе приходити», — прошепотіла Настя й погладила стіну.

А ввечері, коли Настя лягала спати, вона подивилася на стіни своєї дитячої кімнати й тихенько спитала: «Чи все я правильно зробила?» і їй здалося, що люстра на стелі весело колихнулася у відповідь, ніби киваючи: «Так, так».

Далі обговорюємо з дітьми: Чому Настя боялася заходити до комори? Який сон їй наснився? Чи вдалося Насті побороти свій страх?

3. **Вправа «Каракулі»**

Матеріал: білий аркуш А4, кольорові олівці.

Інструкція: дітям пропонується навчитися «виплескувати», переносити негативні емоції на папір. Для цього дітям пропонується заплющити очі, подумати про якусь ситуацію, яка їх турбує, з заплющеними очима. Потім взяти кольоровий олівець і водити по аркушу в хаотичному порядку, поки дитина не відчує спокій і що всі негативні емоції залишились на папері. Потім у дитини можна запитати, з якими емоціями він починав свою роботу і які емоції він відчуває наразі.

4. **Вправа «Музикотерапія».**

Матеріал: музична композиція з цього переліку або іншу класичну музику: «Ранок», «Танок Анітри», «В печері горного короля», «Пісня Сольвейг» з оркестрової сюїти Е.Гріга «Пер Гюнт», «Сміливий вершник» Р. Шуман, «Місячне сяйво» К. Дебюссі, «Серенада», «Аве Марія» Ф. Шуберт (голос, фортепіано), «Народний танець» М. Скорик, «Веснянка» В. Уманець, «Гопак» укр. нар. танець, «Козачок» В. Кирейка, «Турецьке рондо» В. Моцарт, «Менует» Й. Бах, «Менует» Л. Боккеріні, «Неаполітанська пісенька» П. Чайковський, «Вальс» С. Майкапар, «Маленький вальс» Н. Леві, «Вальс» Ф. Шопен (на вибір 2 твори), музичні твори з фортепіанної сюїти «Картинки з виставки» (на вибір) М. Мусоргський, «Колискова» зі збірки «Дитячі пісні» А. Лядов, «Ой ходить

сон» укр. нар. пісня в обр. Л. Ревуцького, «Котику сіренький» укр. нар. пісня, «Сонько – дрімко» укр. нар. пісня в обр. А. Мігай, «Колискова» Й. Брамс.
За бажанням можна включати на мобільному телефоні або через портативні колонки.
Інструкція: діти сидять з відкритими чи закритими очима і слухають запропоновану музику.

5. **Вправа «Фотографії з емоціями».**

Матеріал: картинки/картки/фотографії будь-яких дітей з яскраво вираженими проявами емоцій.
Інструкція: дітям пропонується обрати з цих картинок ту емоцію, яка наразі відповідає їх емоційному стану.

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 7

Мета заняття: стабілізація емоційного стану, пошук внутрішнього ресурсу.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Вправа «Обійманці».**

Матеріал: ігрові картки Світлани Ройз «Обійманці».
Інструкція: можна використовувати в двох варіаціях, залежно від дітей, від рівня їх травмованості.
Варіант 1: дитина вибирає будь-яку карту з обійманцями та розказує, чому саме вона обрала цю картку, чи хотіла би вона так обійматися? З ким? Чи вистачає їй обіймів вдома? Якщо дитина іде на контакт, то можна запропонувати відтворити з дитиною.
Варіант 2: якщо діти налаштовані дружньо, то можна запропонувати дітям зіграти в гру, коли вони витягають картку з обійманцями в закритий спосіб, обирають собі пару, з ким вони хотіли би відтворити ці обійманці.

3. **Вправа «Лаподруже» (автор – Вікторія Назаревич).**

Матеріал: білий аркуш паперу А4, фломастери/олівці.
Інструкція: покласти одну руку на папір та обвести. Далі поверх намальованої руки покласти іншу руку - також обвести. Обвести зовнішній контур. Виходить чудернацький малюнок із якого можна побачити та домалювати лаподруга.

Можна запропонувати учасникам малювати такий малюнок тоді, коли вони почувають себе самотніми або ж відчувають тривогу. Сказати, що лаподруг завжди з тобою і для того, щоб він був поряд - потрібно лише його намалювати за допомогою своїх долоньок. Після того, як учасники намалювали, запропонувати їм показати свого лаподгура та розказати про нього.

4. **Вправа «Мій настрій на піску».**

Матеріал: невеличка пісочниця з піском, яка розміщується на столі.
Інструкція: запропонувати дітям намалювати свій настрій на піску.

5. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 8

Мета заняття: сприяти емоційному розвитку дітей, виявити та допомогти усвідомити свої емоції, навчитися розпізнавати поняття добра та зла та зняти емоційну напругу.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Казка про Петрика.**

Матеріал: казка про Петрика (автор - Н.Чепурко).
Інструкція: читаємо казку і потім обговорюємо з дітьми прочитану казку.

Казка про Петрика.

Петрик стояв із мамою в магазині і все розглядав. Раптом він помітив, що в однієї жінки відкрилася сумка, а звідти виглядає щось волохате, прозоре, майже невидиме. Петрик здивувався: «Що це може бути?» А то була впертість, яку тітонька збирала всюди. Краплина впертості стрибнула з сумки й приліпилася Петрику до рукава. І що тут трапилося!

-Я хочу машинку! Я хочу велосипед! Купи мені! - репетував хлопчик. Мамі стало соромно за сина і вона намагалася вийти з ним із магазину. Та Петрик упав на підлогу, тупав ногами й повторював «Хочу і все!»

Почула це жінка з сумкою і підійшла до Петрика, витерла пляму впертості у нього на рукаві. Петрик знову став хорошим, слухняним хлопчиком, *(запитати дітей, що б вони сказали мамі, якби були на місці Петрика)*

Петрик сказав: «Пішли звідси, будь-ласка. бо мені дуже соромно» Діти, а зараз обітріть свої рукава від плям впертості і неслухняності і з цього часу будете також хорошими дітьми.

Далі обговорюємо з дітьми прочитане: Чому Петрику було соромно? Як себе слід поводити? Чому? З ким із вас траплявся такий випадок?

3. **Вправа «Добро і зло»**

Матеріал: по два аркуша білого паперу А4, фломастери/кольорові олівці/фарби/пензлики.

Інструкція: запропонувати дітям на одному аркуші намалювати добро, а на іншому зло. Після цього обговорюємо з дітьми намальовані малюнки, обговорюємо чи можна щось змінити на тому малюнку, де зображено зло, щоб він став добрим (домалювати якісь деталі, змінити чи додати кольори, прикрасити або навіть можна знищити такий «злий» малюнок).

4. **Вправа «Музикотерапія».**
   (Див. заняття 6).

5. **Вправа «Дерево настрою».**
   (Див. заняття 1).

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 9

Мета заняття: стабілізація емоційного стану, вміння знаходити ресурс в сім'ї, зняття тривожності.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Вправа «Музикотерапія».**
   (Див. заняття 6).

3. **Вправа з піском «Я і моя сім'я».**

Матеріал: невеличка пісочниця з піском, яка розміщується на столі та декілька фігурок тварин або людей.

Інструкція: запропонувати дитині спочатку привітатися з піском, повзаємодіяти з піском, попересипати з руки в руку. Потім запропонувати пограти в гру, де дитині дати фігурки, які він розміщує на піску та розказує, хто з цих фігурок є певним членом його сім'ї. І далі з дитиною обговорюється, де він, де саме він розмістив батьків, братів/сестер, можливо бабусю/дідуся, кого він хотів би перемістити, змінити положення, кого додати і т.д.

4. **Вправа «Малюнок сім'ї».**

Матеріал: аркуш білого паперу А4, фломастери/кольорові олівці/фарби/пензлики.

Інструкція: запропонувати дітям намалювати свою сім'ю. Діти виконують завдання, а потім діти розповідають про свій малюнок.

5. **Вправа «Емоційний кубик».**
   (Див. заняття 2).

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 10

Мета заняття: виявлення страхів та зменшення їх проявів, зняття емоційного напруження, відреагування страхів, розвиток впевненості в собі, усвідомлення можливої перемоги над тривогою та страхом.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Казка про боязливе зайченя.**

Матеріал: казка про боязливе зайченя (автор - Сімак О.І.).

Інструкція: читаємо казку та обговорюємо прочитане.

Казка про Боязливе зайченя».

В одному лісі жив маленький зайчик. Більше всього на світі йому хотілось бути сильним, сміливим, робити щось корисне для оточуючих. Але насправді в нього ніколи, нічого не виходило. Він всього боявся і зовсім не вірив у себе.

-Невже я щось можу? Невже я щось зумію? Мені страшно вночі у темноті, страшно бути одному вдома, страшно далеко і глибоко плавати .

Тому всі у лісі звали його – Боязливе зайченя. Від цього йому ставало сумно. І він часто плакав, коли залишався сам. А не дражнив зайчика лише його товариш – Борсучок.

І ось, одного разу, вони вдвох пішли гратися до річки. Більш за все друзям подобалось наздоганяти одне одного, бігаючи через дерев'яний місток. Першим наздоганяв Зайчик. Але коли Борсучок перебігав місток, одна дошка зламалась, і він упав у річку. Бідний Борсучок не умів плавати, він став тонути, борсаючись у воді і кличучи на допомогу. А Зайченя вміло плавати ,але як завжди воно дуже злякалось стрибати у воду. Зайчик бігав по березі і кликав на допомогу, сподіваючись ,що хтось почує їх та врятує Борсучка. Але нікого поблизу не було. І тоді Зайчик зрозумів, що тільки він зможе врятувати свого товариша. Він сказав собі: «Я нічого не боюсь, я вмію плавати і врятую Борсучка».
Зайчик стрибнув у воду, і витягнув друга на берег. Борсучок був врятований!
Коли вони повернулись до дому і розповіли, що трапилось біля річки, ніхто спочатку не повірив, що це Зайченя врятувало свого товариша Борсучка. Але потім всі почали хвалити Зайченя і влаштували велике свято на його честь. Цей день для Зайчика став найщасливішим. Всі пишались ним, і він сам був задоволений собою, тому що повірив у свої сили, в те, що здатен робити щось корисне і добре. І на все життя Зайчик запам'ятав слова, які сказав сам собі у важку хвилину: - «Вір у себе – і ти переможеш!».

3. **Вправа «Малюємо страх».**

Матеріал: аркуш білого паперу А4, олівці/фломастери/фарби/пензлики.
Інструкція: пропонується дітям подумати чого вони бояться і намалювати це на папері. Після малювання обговорюється з дитиною намальоване.

4. **Вправа з повітряним пластиліном «Перемога над страхом».**

Матеріал: повітряний пластилін.
Інструкція: після того, як всі діти намалювали свої страхи, пропонуємо їм подумати, як можна було б подолати цей страх. Дітям роздається повітряний пластилін різних кольорів і пропонується виліпити з нього щось або когось, що може перемогти цей намальований страх. Після цього з дітьми проводиться обговорення і вкінці можна запропонувати дітям, по бажанню, розірвати малюнок зі страхом на дрібні шматочки та викинути їх у смітник.

5. **Вправа «Емоційний кубик-пазл».**
   (Див. заняття 3).

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 11

Мета заняття: відреагування емоцій, стабілізація емоційного стану дітей.

Хід заняття

7. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

8. **Вправа «Кружечки настрою».**

Матеріал: папір білого кольору з намальованими на ньому 6 пустими колами та кольорові олівці/фломастери/фарби/пензлики.

Інструкція: це модифікація техніки «9 маленьких мандал» А.Коробкіна. Дітям роздаються аркуші з колами і пропонується розмалювати кожне коло з урахуванням того, що 1 коло - це сум, 2 - злість, 3 - страх, 4 - тривога, 5 - радість, 6 - любов.

Після малювання обговорити з дітьми, який кружечок подобається більше і чому, чому саме такі кольори було обрані і т.д.

9. **Вправа «Мандала з повітряного пластиліну».**

Матеріал: заздалегідь намальовані або розпечатані на принтері кола на квадратному аркуші (аркуші А4 необхідно обрізати до форми квадрату) та повітряний пластилін.

Інструкція: розказуємо дітям, що мандала - це малюнок у колі. У мандали, як і у людини, є своє сердечко - центр, з якого завжди починаємо роботу з мандалою. Далі роздаємо дітям ці аркуші з намальованим колом, роздаємо повітряний кольоровий пластилін різних кольорів. І пропонуємо зробити мандалу за допомогою повітряного пластиліну. Далі обговорюємо з дітьми мандали.

10. **Вправа «Танець емоцій».**

Матеріал: класична музика А.Вівальді «Пори року». За бажанням музику можна включати на мобільному телефоні або за допомогою портативних колонок.

Інструкція: дитині пропонують потанцювати під музику. Можна навіть не підіймати стопи, а просто переносити вагу тіла з однієї ноги на іншу.

11. **Вправа «Картки з емоціями».**
    (Див. заняття 4).

12. **Ритуал прощання.**
    (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 12

Мета заняття: вміння відчувати свій емоційний стан, зняття напруги.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Казка «Королева капризуля».**

Матеріал: казка «Королева капризуля» (Автор А. Смирнова).

Інструкція: читаємо казку та обговорюємо прочитане.

Казка «Королева капризуля»

Ця історія трапилася в магазині іграшок. Пізно ввечері, коли світло було вимкнене, двері закриті і всі продавці пішли додому.

- Ох – хо – хо, - зітхнув Ведмедик, злізаючи з полички, - всі боки собі відлежав.
- Вічно він не задоволений, - сказала лялька Настя.
- Вам, лялькам, не зрозуміти, як важко стояти цілий день і не рухатися. Адже вас постійно покупці беруть в руки, заводять, щоб подивитися як ви ходите і що вмієте говорити.
- На нас вже не звертають увагу відколи у магазин привезли її, - сказала лялька Настя і кивнула головою на найкрасивішу ляльку.
- Мене звати Кетрін, її величність Кетрін, - озвалася найкрасивіша лялька, - Де машина? Нехай відвезе мене до відділу одежі, погляну що там новенького привезли.
- Нікуди я тебе не повезу, - сказала машина, - я така ж іграшка, як і ти, не смій мені наказувати.

Кетрін почала тупати ногами і кричати, а до машинки підійшов солдатик, який був закоханий у Кетрін і почав просити, щоб королеві не перечили. Він пообіцяв машинці, що помиє і почистить її, тільки хай вона відвезе королеву у відділ одежі. Машинка погодилась, Кетрін сіла в неї і поїхала.

- І що він у ній знайшов, вона ж звичайна лялька, тільки одягнута краще від нас і на голові – корона, - зітхнула лялька Люба.
- Не переживайте, мені ви більше подобаєтеся, - сказав Ведмедик.
- І мені, - озвався бегемотик.
- А мене обурює, що ця капризуля командує нами, - вигукнув робот.

Слова робота почула Кетрін, яка якраз повернулася з відділу одежі.

- Що? Бунт? Солдат, негайно закрий робота у коробці, - розпорядилася Кетрін.
- Але він мій друг, я не можу – сказав солдатик.
- Виконуй! Інакше я більше не буду з тобою розмовляти, - далі продовжувала кричати Кетрін.
- Вибач, друже робот, я повинен це зробити, адже я її люблю і боюся посваритися з нею, - зітхнув солдатик.
- Та що ж це таке, - перешіптувалися ляльки, - невже ніхто не може поставити на місце цю вискочку?

- Ніхто не захоче битися з солдатиком, бо у нього є рушниця і шабля, до того ж він найсильніший, - відповів бегемотик.
- Досить шепотіти! – закричала Кетрін, - ви тепер будете виконувати все, що я скажу.
- Чому це? – запитав ведмедик.
- Бо я королева. А хто не захоче мене слухатися, того солдатик зачинить у коробці і тоді вас ніхто не купить.
- Яка ти зла. Але щось і тебе ніхто не купив, хоч ти і красива, - сказала лялька Настя.
- Я просто дуже дорого коштую. Ну все, ви мені набридли своїми розмовами. Солдат! Негайно закрий їх усіх у коробку, - наказала Кетрін.
- Вибач, Кетрін, я не можу. Вони – мої друзі. Крім того, якщо я їх закрию, то в магазині не залишиться більше іграшок.
Кетрін почала тупати ногами і плакати:
- Не хочу нікого бачити! Забирайтеся геть!
- Ой, ви тільки погляньте, що сталося з нашою королевою. Як вона змінилася. Її краса пропала, - сказала лялька Люба.
Почувши ці слова, Кетрін підбігла до дзеркала. Її носик став схожий на картоплину, а сині очі почервоніли від сліз. Королева заплакала ще сильніше:
- Це все через вас! Ви всі заздрили моїй красі. Ви зачарували мене!
Чим більше Кетрін плакала, тим більше ставала некрасивою. Її волосся розхристалося, губи запухли, а на лиці з’явилися плями.
Ляльки та іграшки від подиву аж завмерли.
- Я, здається, знаю, що це за чари, - сказав ведмедик.
- Говори скоріше, як позбутися заклинання і знову стати красивою! - вигукнула Кетрін.
- Тобі це навряд чи вдасться, - продовжував ведмедик.
- Чому? Я готова випити будь - які гіркі ліки, - сказала королева.
- Ліки тут ні при чому. По – перше, перестань плакати, заспокійся. По – друге, якщо хочеш стати знову красивою – забудь, що ти королева, будь привітною і веселою, допомагай іншим, а не ображай іграшки.
Кетрін тупнула ногою:
- Нізащо!
Вранці до магазину прийшли продавці.
- Погляньте, хтось підмінив нашу королеву. Заберіть її з вітрини і покладіть на поличку, - розпорядився директор.
Ніхто з покупців навіть не підійшов до королеви. А вона стояла сумна і про щось думала.
Коли магазин закрили і настала північ, Кетрін підійшла до коробки, де був закритий робот і випустила його.
- Пробач мені, - сказала вона.
- А де ж ведмедик, бегемотик, лялька Настя і лялька Люба? – запитав робот.
- Їх сьогодні купили, залишились тільки ми і солдатик.
- Чому ти сумна, королево? – далі запитав робот.
- Я не королева, я звичайна лялька, - зітхнула Кетрін.

- Що ж сталося, поки я сидів у коробці? – здивувався робот.
- Я залишуся некрасивою і мене ніхто не захоче купити, - тихенько мовила Кетрін.
- Але ти красива, поглянь на себе, - відповів робот.
Кетрін підійшла до дзеркала, подивилася і побачила, що її краса повернулася до неї.
- Що сталося? – здивувалася вона.
- У кожного з нас є не тільки зовнішня, але й внутрішня краса. І коли ми ображаємо інших, кричимо, вередуємо, то втрачаємо не тільки зовнішню красу, але й внутрішню, - пояснив солдатик. - Щоб бути красивою треба мати не тільки гарну зовнішність, але і бути ввічливою, доброзичливою, терпеливою.
- Дякую тобі, я завжди про це пам'ятатиму. Перестану вередувати, наказувати, буду дружити з усіма іграшками.
А на другий день Кетрін, солдатика і робота купили батьки для своїх малюків і в магазин привезли нові іграшки. Але це вже інша історія.

Далі проводимо обговорення: Що ми можемо сказати про ляльку Кетрін, яка вона? Чи багато у неї друзів? Чому? Чому Кетрін стала некрасивою? Яке серденько було у Кетрін на початку казки? А в кінці? Ми можемо назвати красивими тих діток, які вередують, часто сердяться? Чому?

3. **Вправа з піском «Хованки».**

Матеріал: невеличка пісочниця з піском, яка розміщується на столі та маленькі фігурки.

Інструкція: можна запитати у дитини, чи є щось, що його не подобається в собі, якась якість характеру, або за що його частіше сварять батьки. Дати дитині в руки фігурку і сказати, що це фігурка є цією якістю. І запропонувати дитині заховати цю якість в пісок, засипати піском. Потім спитати дитину, яку б якість характеру він би хотів взамін тої якості, яка йому заважає. Дитина називає іншу якість і можна запропонувати дитині іншу фігурку поставити на місце тої, яку він заховав. І далі поговорити з дитиною, щоб можна було зробити в реальному житті, щоб розвинути ті якості, які він хоче отримати.

4. **Вправа «Малюнок на склі».**

Матеріал: скло у рамі, закріплене на столі, фарби для скла або гуаш, пензлики, аудіозапис звуків природи.

Інструкція: ввімкнути звуки природи і запропонувати дітям відобразити на склі все, що вони хочуть за допомогою фарб, пензликів, долонь, пальчиків. Далі обговорюємо малюнки та відчуття під час малювання.

5. **Вправа «Мій настрій на піску».**
   (Див. заняття 7).

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 13

Мета заняття: зняття емоційної напруги,

Хід заняття

6. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

7. **Вправа «Клякса (монотипія)».**

Матеріал: аркуш білого паперу, фарби та пензлик.

Інструкція: дитині дають аркуш, фарби та пензлики і пропонують поставити «кляксу», просто хаотично водити по аркушу пензликом з фарбою. Потім пропонується скласти аркуш навпіл. Потім лист з обох сторін почергово розгладжують та починають інтенсивно відстукувати долоньками обох рук по черзі. Потім пропонується обережно розкрити листок і подивитися, який малюнок вийшов. Далі питаємо у дитини, що вона бачить на цьому малюнку, на що це схоже. Малюнок можна покрутити в різні боки і так роздивлятись.

8. **Вправа «Кулька-антистрес».**

Матеріал: повітряна кулька, нитка, борошно, крохмаль та фломастери, лійка.

Інструкція: запропонувати дітям обрати собі кульку, насипати всередину кульки за допомогою лійки борошно з крохмалем, зав’язати ниткою та намалювати гарний настрій на кульках за допомогою фломастерів. Ось і вийшла іграшка-антистрес.

9. **Вправа «Фотографії з емоціями».**
   (Див. заняття 6).

10. **Ритуал прощання.**
    (Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 14

Мета заняття: стабілізація емоційного стану.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**
   (Див. заняття 1).

2. **Вправа «Я радію».**

Матеріал: аркуш А4, олівці/фарби/пензлики/фломастери.

Інструкція: дітям пропонується намалювати яку-небудь радісну ситуацію з їх власного життя.

3. **Вправа «Краплетерапія».**

Матеріал: ємності з кольоровою водою (у воді розведені акварельні фарби різних кольорів), піпетки з гумовими наконечниками, дошка для ліплення із пластику білого кольору, губка з поролону (для видалення зайвих крапель), листи щільного паперу, серветки для рук.

Інструкція: дитина набирає піпеткою кольорову воду і «малює» крапельками на пластиковій дошці або папері.

4. **Вправа «Дерево настрою».**

(Див. заняття 1).

5. **Ритуал прощання.**

(Див. заняття 1).

ЗАНЯТТЯ 15

Мета заняття: вміння діяти в команді, взаємодіяти, слухати інших дітей, гармонізація емоційного стану та прощання з групою.

Хід заняття

1. **Ритуал вітання.**

(Див. заняття 1).

2. **Вправа «Груповий малюнок».**

Матеріал: великий аркуш паперу А3 і більше або можна між собою заздалегідь склеїти декілька аркушів А4, олівці/фломастери/фарби/пензлики.

Інструкція: дітям пропонується придумати чарівну країну, дати їй назву і зобразити на великому аркуші паперу. Можна запропонувати кожній дитині придумати своє власне чарівне місто і намалювати його на загальному аркуші паперу. Потім з дітьми обговорити їх малюнки, їх міста, які і складають цілу чарівну країну.

3. **Вправа «Групова казка».**

Матеріал: будь-які картинки, картки або метафоричні асоціативні картки.

Інструкція: можна запропонувати декілька варіантів цієї вправи.

Варіант 1: по черзі показувати по картинці і запропонувати по колу придумати спільну казку по запропонованим картинкам.
Варіант 2: попросити дітей назвати 5-7 будь-яких слів і використовуючи ці слова запропонувати дітям по колу придумати спільну казку.

4. **Вправа «Музикотерапія».**
   (Див. заняття 6).

5. **Вправа «Емоційний кубик».**
   (Див. заняття 2).

6. **Ритуал прощання.**
   (Див. заняття 1).

Список джерел:

1. Гунченко К. В. Пісочна терапія. Вправи та ігри [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://naurok.com.ua/pisochna-terapiya-vpravi-ta-igri-394469.html (дата звернення: 01.06.2025).
2. Довідник для педагогічних працівників і батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами : [колективна монографія] / за заг. ред. О. В. Царькової. Мелітополь : Люкс, 2019. С. 154–155.
3. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії : навчально-методичний посібник. Частина 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. С. 71–81, 97.
4. Кітура О. Групові заняття з використанням арт-методик для дітей [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://drive.google.com/file/d/1CpqMP74ajVgqhpj1yTp1sXgJ3oH5wnY5/view?usp=sharing (дата звернення: 01.06.2025). С. 21, 25–28.
5. Лазорко О. В. Арт-терапія : методичні рекомендації до виконання практичних та лабораторних робіт для студентів спеціальності «Психологія» денної форми навчання / О. В. Лазорко. Луцьк, 2018. С. 21–22.
6. Левківська О. П. Розвивальна програма «Розвиток емоційної сфери дитини». Київ, 2012. С. 15–18, 40–42.
7. Програма розвитку дітей дошкільного віку із затримкою психічного розвитку від 3 до 7 років «Віконечко» / за ред. Л. І. Прохоренко. Київ, 2018. С. 188.
8. Різніченко А. Казка «Світлячок, який переміг темряву» : казка про страх темряви [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://holdyou.net/page/svitlyachok (дата звернення: 01.06.2025).
9. Ройз С. Гра «Картки сили» [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://www.unicef.org/ukraine/documents/power-cards (дата звернення: 01.06.2025).

10. Ройз С. Гра «Обійманці» – практикум близькості [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://numo.mon.gov.ua/gra-obijmanci-praktikum-blizkosti (дата звернення: 01.06.2025).
11. Сімак О. І. Корекційно-розвивальна програма з формування емоційної компетентності дітей 4–5 років «Чарівний світ емоцій» [Електронний ресурс]. Чернівці, 2012. Режим доступу: https://vseosvita.ua/library/embed/0100gaip-ec62.docx.html (дата звернення: 01.06.2025).

Додаток М

Свідоцтво про реєстрацію авторського права на твір «Корекційна програма для стабілізації емоційного стану, зниження рівня тривожності, агресивності та страхів дітей старшого дошкільного віку «Арт-терапія емоційного стану»

УКРАЇНА

СВІДОЦТВО

про реєстрацію авторського права на твір

№ 138474

Науковий твір «Корекційна програма для стабілізації емоційного стану, зниження рівня тривожності, агресивності та страхів дітей старшого дошкільного віку «Арт-терапія емоційного стану» («Арт-терапія емоційного стану»)

(вид, назва твору)

Автор (співавтори) **Сайтарли Наталія Анатоліївна**

(прізвище, ім'я, по батькові (за наявності), псевдонім (за наявності))

Авторські майнові права належать повністю **Сайтарли Наталія Анатоліївна, вул. Сім'ї Кульженків, 33, кв. 96, м. Київ, 04202**

(прізвище, ім'я, по батькові (за наявності) фізичної особи / найменування юридичної особи, адреса)

Дата реєстрації 4 серпня 2025 р.

Виконувач обов'язків Директора Державної організації «Український національний офіс інтелектуальної власності та інновацій»

Ігор ПАРЕНЧУК

УКРНОІВІ

Додаток Н

Результати кінцевої діагностики за методикою «Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)

№	Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Рівень тривожності у %	Рівень тривожності, значення	Кількість негативних виборів	Номер картинки з негативним вибором
1	Деніз О.	Дівчинка	6	57,14	Високий	8	3,6,7,8,9,10,12,14
2	Кирил Є.	Хлопчик	5	42,86	Середній	6	4,6,8,9,12,14
3	Назар К.	Хлопчик	5	50	Середній	7	3,5,6,8,10,12,14
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	42,86	Середній	6	3,6,7,8,10,12
5	Олег Б.	Хлопчик	5	57,14	Високий	8	1,3,4,8,9,10,11,12
6	Діана М.	Дівчинка	5	57,14	Високий	8	1,2,3,6,8,9,10,11
7	Святослав М.	Хлопчик	5	85,71	Високий	12	2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,14
8	Максим О.	Хлопчик	6	57,14	Високий	8	2,3,4,5,8,9,10,12
9	Назар Ч.	Хлопчик	6	42,86	Середній	6	2,3,6,8,11,14
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	42,86	Середній	6	3,6,8,9,10,14
11	Святослав К.	Хлопчик	6	71,43	Високий	10	1,2,3,6,8,9,10,11,13,14
12	Поліна Б.	Дівчинка	6	42,86	Середній	6	3,5,6,8,9,10
13	Єва П.	Дівчинка	5	42,86	Середній	6	1,4,6,8,11,14
14	Катя О.	Дівчинка	4	50	Середній	7	3,5,6,8,9,10,14
15	Назар П.	Хлопчик	6	71,42	Високий	10	2,4,5,6,7,8,9,11,12,14
16	Міша	Хлопчик	5	78,57	Високий	11	1,2,3,5,6,8,9,10,11,12,14
17	Матвій А.	Хлопчик	5	42,86	Середній	6	4,5,7,8,9,11

18	Марк	Хлопчик	5	21,43	Середній	3	3,8,10
19	Мирон Т.	Хлопчик	6	28,57	Середній	4	3,8,9,10
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	28,57	Середній	4	3,8,10,11
21	Мілана Д.	Дівчинка	6	21,43	Середній	3	3,8,10
22	Артем Я.	Хлопчик	5	42,86	Середній	6	3,5,6,9,10,11
23	Єлісей	Хлопчик	5	42,86	Середній	6	3,6,8,9,10,12
24	Дарина К.	Дівчинка	5	35,71	Середній	5	3,4,8,9,10
25	Ліза С.	Дівчинка	6	14,29	Низький	2	3,10
26	Кіра Р.	Дівчинка	6	35,71	Середній	5	3,6,9,10,12
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	50	Середній	7	3,8,9,10,11,12,14
28	Матвій Б.	Хлопчик	6	42,86	Середній	6	3,6,8,9,10,12
29	Каміла Г.	Дівчинка	6	21,43	Середній	3	3,8,10
30	Мілана Ш.	Дівчинка	6	14,29	Низький	2	3,11

Додаток О

Результати методики «Руки» Е. Вагнера при кінцевій діагностиці

№	Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Агресія	Вказівка	Страх	Емоційність	Комунікація	Залежність	Демонстративність	Інвалідність	Активна безособовість	Пасивна безособовість	Опис	Агресивність
1	Деніз О.	Дівчинка	6	4	4	0	3	4	0	2	0	21	2	0	1
2	Кирил Є.	Хлопчик	5	9	0	0	4	0	0	3	4	7	5	8	5
3	Назар К.	Хлопчик	5	4	8	0	4	5	0	8	2	9	0	0	3
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	10	4	2	3	0	0	0	0	15	5	0	9
5	Олег Б.	Хлопчик	5	4	3	2	1	0	0	0	6	14	10	0	4
6	Діана М.	Дівчинка	5	3	3	0	1	4	0	4	2	9	13	1	1
7	Святослав М.	Хлопчик	5	2	1	0	4	2	0	0	0	24	13	4	-3
8	Максим О.	Хлопчик	6	0	1	0	2	0	0	0	0	29	8	0	-1

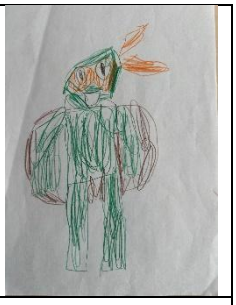
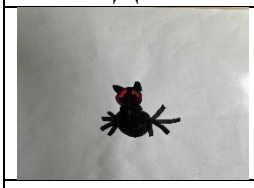
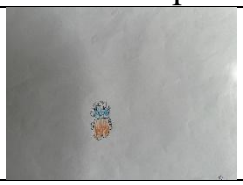
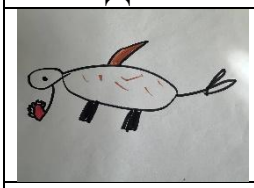
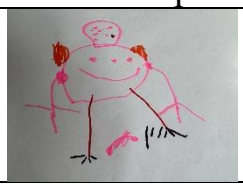
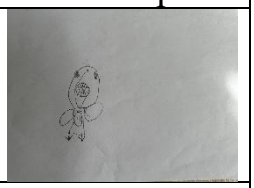
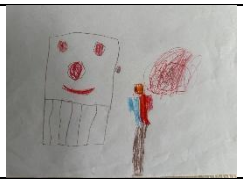
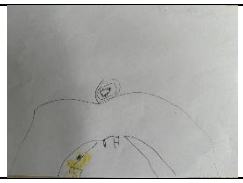
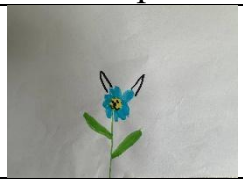
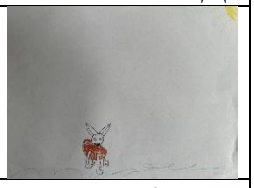
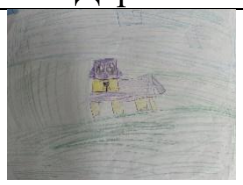
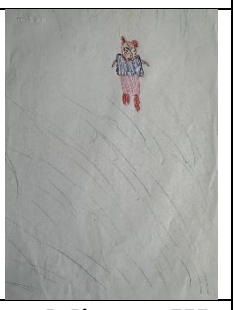
9	Назар Ч.	Хлопчик	6	6	4	3	4	4	2	0	0	10	3	4	-1
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	0	3	0	3	8	0	7	0	18	0	1	-8
11	Святослав К.	Хлопчик	6	5	4	0	4	2	0	0	0	17	2	6	3
12	Поліна Б.	Дівчинка	6	7	0	0	5	1	0	18	0	7	2	0	1
13	Єва П.	Дівчинка	5	2	5	4	6	3	0	8	0	12	0	0	-6
14	Катя О.	Дівчинка	4	4	0	0	0	4	0	0	0	24	8	0	0
15	Назар П.	Хлопчик	6	8	4	0	0	0	0	8	0	14	6	0	12
16	Міша	Хлопчик	5	0	0	4	0	0	0	0	0	8	24	4	-4
17	Матвій А.	Хлопчик	5	4	14	0	2	0	0	0	4	9	3	4	16
18	Марк	Хлопчик	5	0	0	4	4	12	0	0	0	5	12	3	-20
19	Миро	Хлоп	6	4	12	0	4	4	0	0	0	16	0	0	8

	нТ.	чик													
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	0	4	0	5	9	0	0	0	16	6	0	-10
21	Мілана Д.	Дівчинка	6	0	6	0	4	2	0	0	2	18	8	0	0
22	Артем Я.	Хлопчик	5	0	10	0	0	12	0	4	0	6	4	4	-2
23	Єлісей	Хлопчик	5	0	6	0	0	4	0	4	2	15	9	0	2
24	Дарина К.	Дівчинка	5	4	6	5	6	7	0	2	0	6	4	0	-8
25	Ліза С.	Дівчинка	6	0	2	0	3	4	0	4	0	27	0	0	-5
26	Кіра Р.	Дівчинка	6	0	0	0	10	7	0	0	0	7	8	8	-17
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	0	8	0	6	8	0	9	0	7	0	2	-6
28	Матвій Б.	Хлопчик	6	0	8	0	4	3	0	0	0	20	0	5	1
29	Каміла Г.	Дівчинка	6	0	2	0	2	1	0	0	4	10	21	0	-1
30	Мілан	Дівч	6	0	6	0	4	5	0	4	0	15	2	4	-3

	а Ш.	ин ка													

Додаток П

Малюнки дітей при проведенні кінцевої діагностики за методикою «Неіснуюча тварина»

				
Деніз О.	Кирил Є.	Назар К.	Андрій Л.	Олег Б.
				
Діана М.	Святослав М.	Максим О.	Назар Ч.	Кіра Я.
				
Святослав К.	Поліна Б.	Єва П.	Катя О.	Назар П.
				
Міша	Матвій А.	Марк	Мирон Т.	Поліна Д.
				
Мілана Д.	Артем Я.	Єлісей	Дарина К.	Ліза С.
				
Кіра Р.	Дарина Ч.	Матвій Б.	Каміла Г.	Мілана Ш.

Додаток Р

Інтерпретація та результати проведення проективної методики «Неіснуюча тварина» при кінцевій діагностиці

№	Ім’я дитини	Стать дитини	Вік дитини	Інтерпретація малюнку при кінцевій діагностиці
1	Деніз О.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально та намальований фломастерами. Малюнок намальований чорним кольором (контурно, без зафарбовування) з рожевими очами та вухами. На малюнку зображено кішку (за словами дівчинки кішка сидить вдома, а у вухах у неї сережки, проте на малюнку сережок немає). Реально існуюча тварина говорить про низький рівень фантазії, небажання малювати і щось придумувати, про вибір стандартних шляхів вирішення. Низька деталізація малюнку та не до кінця намальована істота свідчать про швидку втомленість, емоційну чуттєвість дитини, можливо невміння доводити почату справу до кінця. Малюнок невеликий і розміщений близько до правого краю. Це може означати, що дитина відчуває себе слабкою і не вірить у власні сили. На цьому малюнку, як і на попередньому, також досить великі вуха, що може бути ознаками тривожності. А гострі вуха можуть бути ознаками агресивності, агресивного захисту або ж захисту від зовнішньої агресії. Також, слід звернути увагу на вуха - обидва вуха досить великі, що може свідчити про значимість думки оточуючих про себе, а також це може бути ознаками тривожності. На цьому малюнку також є вії, які є ознаками демонстративності. Відсутність ніг може говорити про невміліість в соціальних відносинах.
2	Кирил Є.	Хлопчик	5	Малюнок виконаний горизонтально різнокольоровими фломастерами.

				За словами дитини він намалював робота, який поливає все різнокольоровою фарбою зі шлангу. Але хочу звернути увагу, що після проведення інтервенцій були наявні зміни в поведінці та висловлюваннях дитини: дитина стала більше йти на контакт, дивитись в очі, посміхатись. При чому, такі зміни видно і на самому малюнку. Якщо до інтервенцій використовувався чорний олівець, то на цьому малюнку вже використовуються різні яскраві кольори, що свідчить про покращення емоційного стану дитини. Так, на малюнку також присутні контури, як і в попередньому, що свідчить про встановлення кордонів з оточуючими, скритність та замкнутість. Проте, ці контури вже більш в нижній частині, що може бути свідченням про соціальну відгородженість від однолітків та можливі проблеми з дітьми його віку. У робота промальовані великі пусті очі, що свідчить про наявність страхів. Відкритий рот може бути ознакою балакучості (що також проявляється і при розмові з дитиною. Дитина більш відкрита та більше ділиться своїми переживаннями, які є в його сім'ї). Тонка шия, яка чітко промальована на малюнку, може свідчити про незахищеність. Відсутність ніг може вказувати про невміліст в соціальних стосунках. Зниження рівня тривожності з високого до середнього та рівня агресивності з 14 до 5 балів, що було виявлено іншими діагностичними методиками, також підтверджуються на цьому малюнку.
3	Назар К.	Хлопчик	5	Відмовився від малювання цього малюнку.
4	Андрій Л.	Хлопчик	6	Малюнок розташований вертикально та виконаний чорним олівцем контурно, з розмальовуванням зеленим та коричневим олівцями.

				На малюнку зображена черепаха. За словами дитини: у черепахи є скриті кігті, яких не видно, але вона ними може різати до крові. Реально існуюча тварина є свідченням відсутності фантазії та творчості або небажання малювати та щось уявляти і придумувати. Голова у черепахи дуже маленька, що може свідчити про порушення в інтелектуальній сфері дитини. Проте очі, які займають майже половину голови з чіткими промальовуваннями райдужок, свідчать про великий страх. Плавники у черепахи досить великі та направлені в різні сторони, що може бути проявом захисту від оточуючих, встановлення кордонів. Наявність панциру означає потребу в захисті та якісь страхи. На рівень скритої агресії також вказує опис самої дитини про наявність скритих кігтів у черепахи, яких не видно. Але вона ними може різати до крові. При чому, дитина відповідала більш агресивно на всі поставлені запитання про малюнок, а також при відповідях на запитання інших діагностичних методик.
5	Олег Б.	Хлопчик	5	Малюнок розташований вертикально і намальований різнокольоровими олівцями (помаранчевий, коричневий, зелений, чорний). На малюнку зображений черепашка-нінзя. Руки, які спрямовані до тіла, свідчать про замкнутість дитини та інтровертованість. Великі очі з промальованими зіницями є ознакою страхів. Також, я звернула увагу на те, що очі наче замальовані маскою, прикриті маскою, що може свідчити про те, що дитина чогось не хоче бачити, від чогось відгородитись. Великий рот вказує на балакучість дитини. Наявні на малюнку гострі кути, сильне штрихування та натиск означають

				агресивний захист, досить великий страх та тривогу дитини. При чому, інші діагностики також підтверджують наявність високого рівня тривожності та агресивності.
6	Діана М.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований чорним та червоним фломастерами. За словами дитини, це великий павук, який не спить вночі і кусається. Чорний колір свідчить про негативний емоційний стан дитини. Великі вуха свідчать про важливість думки оточуючих для дитини. Гострі вуха можуть бути ознакою агресивного захисту. Велика кількість лапок, які направлені в сторони, також вказують на відстоювання власних кордонів та бажання захиститися. Необхідно звернути увагу на очі, оскільки вони збільшені з заштрихованими зіницями, що свідчить про наявність страху дитини. На малюнку відсутній рот, що може свідчити про невміння спілкуватись або навпаки відсутність спілкування з дитиною.
7	Святослав М.	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально і намальований різнокольоровими олівцями (зелений, чорний, червоний, фіолетовий, помаранчевий та блакитний). На малюнку зображені черепашки нінзя. Проте, варто звернути увагу, що малюнок поділений на дві частини чорною лінією. Зверху розміщений одна черепашка-нінзя, а знизу троє взялись за руки. З самого початку здається, що внизу зображена сім’я і вони всі разом. Проте за словами дитини він розміщений один зверху, а внизу розміщена його сім’я. Хлопчик зазначає, що він один там стоїть. Після розмови з дитиною було виявлено, що йому не вистачає уваги від батьків, що вони постійно зайняті. І при проведенні іншої діагностичної методик було також

				виявлено його негативне ставлення до тих картинок, на яких присутні молодші діти (при цьому говорить, що на нього менше звертають увагу, ніж на маленьку дитину). Це також говорить про досить високу тривожність, його відокремлення від усіх. Те, що внизу всі троє взялись за руки вказує на те, що для нього це є тривожним сигналом, що він наче відділений від сім'ї. Ні у одного персонажа немає очей, вони всі закриті масками, наче ніхто не бажає нічого бачити або ж навпаки бачить те, що не хотілося б бачити. На нижній частині картинки всі в руках тримають якусь зброю, що може означати захист та агресію. При цьому інша діагностична методика виявила досить високий рівень тривожності у дитини.
8	Максим О.	Хлопчик	6	Малюнок виконаний горизонтально з використанням олівців (чорний, помаранчевий, блакитний). Дитина намалювала знову їжака, який плаває та ходить. Але на цьому малюнку простежується, що вже немає зубів, є посмішка, очі значно менші, ніж були на попередньому малюнку. На цьому малюнку значно менше плавників, що свідчить про меншу потребу в захисті. Наявність зачіски на малюнку вказує на чуттєвість дитини. Хоч по іншій діагностиці рівень тривожності високий, але показники знизились з 71,43% до 57,14%.
9	Назар Ч.	Хлопчик	6	Відмовився малювати другий раз неіснуючу тварину. Сказав, що може намалювати тих же зайчиків, але не хоче.
10	Кіра Я.	Дівчинка	5	Малюнок розміщений горизонтально і намальований фломастерами яскравих кольорів. На малюнку зображено котику у ріжку від морозива, який там живе.

				Хочу зазначити, що в порівнянні з попереднім малюнком, на цьому малюнку з'явились яскраві кольори. У котика великі що є ознакою наявності певних страхів, проте в такому віці, це є нормою.
11	Святослав К.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально і намальований за допомогою фломастерів (чорний, коричневий і рожевий). За словами дитини він намалював доісторичну акулу, яка має великі гострі зуби, які постійно відростають і вона ними спилювала все, наче пилкою. Також вона нападала на людей і на язиці в неї кров. Голова тварини дивиться знову вліво, що означає, що хлопчик більше міркує, обмірковує, ніж робить. Мають місце нерішучість, страх діяльності, переживання з приводу правильності рішення. Язик та зуби є ознакою вербальної агресивності. Доволі довгий хвіст може означати наявність внутрішнього конфлікту. На цьому малюнку видно зміни в емоційному стані хлопчика: є більше темних, чорних кольорів, контурне відтворення малюнку, що є ознаками підвищеної тривожності. Гострий плавник також може свідчити про наявність зовнішньої загрози, від якої дитина захищається.
12	Поліна Б.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально і намальований за допомогою фломастерів (чорний, рожевий, червоний, жовтий, зелений, помаранчевий, фіолетовий). На малюнку зображено кота, у якого тече кров з очей, летючу мишу, динозавра, квітку бомбані. На цьому малюнку видно, що збільшився рівень агресії у дитини. Страхи також присутні, про що свідчать великі очі у всіх тварин.

				Земля з травою вказує на те, що у дитини є надійна підтримка з боку значущих дорослих та друзів. Проте, знову на цьому малюнку дитина малює як динозавр підтримує кота. Можливо дитині не вистачає саме підтримки. Про агресивність також свідчать наявні зуби у дракона. Чорний колір летючої миші є ознакою тривожності. Кров з очей може бути свідченням невротичної агресії. У всіх тварин є руки, ноги, у деяких ще крила та руки разом, крила, хвости, що може бути символами захисту від агресії зі сторони оточуючих людей.
13	Єва П.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований одним салатовим фломастером контурно. На малюнку намальовано котика-квітку, який є сумний. Очі доволі великі і в одному промальовано зіницю, а в іншому - нічого немає. Це може означати наявність страхів. Навколо квітки досить гострі пелюстки, що може свідчити про певний рівень агресії або захисту від агресії. На тривожність також може вказувати низька деталізація малюнку та контурне зображення.
14	Катя О.	Дівчинка	4	Малюнок розміщений горизонтально та виконаний фломастерами (рожевий, чорний, червоний). Дитина сказала, що намалювала істоту на ім’я Кєшик. Також дитина описала, що у істоти великі кігті на руках та на ногах. що може означати певний рівень агресивності та захисту від агресії оточуючих. На малюнку взагалі відсутній тулуб (від голови одразу йдуть ноги), що може означати певну незахищеність. Досить тонкі кінцівки можуть бути символом імпульсивності.

				Дуже велика голова є ознакою того, що дитина вважає розум найголовнішим за все інше. На даному малюнку вже з'явились вуха і вони єдині виділені червоним кольором, що знову може символізувати, що дитині важко щось чути, можливо це викликає в неї певний дискомфорт. На малюнку на голові істоти розміщений певний елемент захисту, що може свідчити про бажання захиститись від дорослих.
15	Назар П.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально та намальований простим олівцем. За словами дитини він намалював гуся. На відміну від попереднього малюнку, який був розміщений на всьому папері, цей малюнок доволі маленький. Це може бути свідченням зменшення страхів. Символи агресивності також ще присутні на малюнку, проте їх кількість набагато менша: у істоти відкритий рот і видно гострі зуби. Також це може бути ознакою вербального агресивного захисту чи вербальної агресії.. Великий рот може бути свідченням тривожності, проблем в спілкуванні та потреби в допомозі. Дві руки у вигляді двох кіл може символізувати тенденцію до скритності, замкнутості та закритості свого внутрішнього світу. Очі на цьому малюнку вже не такі великі, що дає підстави стверджувати, що рівень страхів у дитини зменшився. З огляду на результати інших діагностичних методик, рівень агресії дійсно дещо зменшився. Проте в даній ситуації, ця дитина потребує більше часу для роботи.
16	Міша	Хлопчик	5	Відмовився малювати цей малюнок.
17	Матвій А.	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально та виконаний фломастерами (зелений, коричневий, червоний).

				На малюнку також намальований зайчик між двох дерев, проте у цього зайця більші очі та обведені червоним, що може свідчити про появу нових страхів. На цьому малюнку також червоним намальовані руки та ноги зайця та на землі червоні краплі. Можливо це є свідченням певної агресивності дитини, а також може свідчити про певні агресивні дії дитини. У зайця також відкритий широко рот, наче відкритий для крику, що є ознакою утрудненого спілкування, тривожності, потреби в допомозі. Великі вуха також можуть свідчити про значимість думки оточуючих.
18	Марк	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально і виконаний різнокольоровими олівцями (червоний, коричневий, помаранчевий, блакитний). На малюнку зображена людина, в якої відсутні руки та одна ноги, над людиною, за описом дитини, хмаринку думок і людина стоїть біля усміхненого будинку (у будинку є перемикач світла). Причому, досить цікаво, що при виявленні страхів за іншою методикою, дитина сказала, що боїться темряви. А тут, на малюнку, вона вже описує сюжет, що людина прокручує в голові певні думки та знаходить вихід, як не боятись темряви, що треба просто знайти вимикач світла і включити його. Відсутність одні ноги та двох рук може свідчити про певні труднощі з підтримкою, про потребу в опорі. Тому цей малюнок показує, що тривожність у дитини дійсно знизилась та дитина демонструє, що в будь-якій ситуації є вихід, треба тільки подумати та знайти його.
19	Мирон Т.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально та виконаний чорним олівцем з додаванням жовтого кольору.

				На цьому малюнку дитина зобразила динозавра з фільму, який посміхається, проте у нього є гострі зуби та великі руки. На цьому малюнку вже видно, що самооцінка дитини стала кращою, оскільки малюнок вже займає майже пів листка, проте ще й досі знаходиться більше до нижнього краю. Досить великі руки окреслюють кордони, ніби дитина намагається себе захистити. Зі слів дитини цей динозавр посміхається, проте гострі зуби показують наявність агресії, можливо захисної агресії або вербальної. Внизу маленький жовтий чоловічок ніби знаходиться під захистом цього динозавра. Досить великий широко відкритий рот може означати бажання в спілкуванні з людьми, оскільки наразі воно поки утруднене.
20	Поліна Д.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (червоний, фіолетовий, жовтий, чорний). На цьому малюнку ображений кіт-єдиноріг. Подвійні вуха, ріг та великий хвіст можуть свідчити про бажання захиститися від чогось. Також на малюнку присутня штриховка, що свідчить про певний рівень тривожності, проте на малюнку вже немає такої кількості червоних штрихів, що було на попередньому малюнку. Великі очі є свідченням страхів у дитини, проте в цьому віці це є нормою. Загалом, при порівнянні малюнків, простежується зменшення рівня тривожності у дитини. Це також виявляється і при проведенні іншої діагностичної методики.
21	Мілана Д.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально та виконаний різнокольоровими олівцями

				(фіолетовий, жовтий, рожевий, блакитний, коричневий та чорний). На малюнку зображений єдиноріг, але на відміну від попереднього, він вже немає захисних кордонів. Ознаками демонстративності дитини можуть слугувати певні деталі на малюнку (серця, дерево, трава, повітряні кульки). Кількість ніг (6) може свідчити про бажання опори та підтримки. Доволі довга шия також означає захищеність та надійність, тобто дитина в порівнянні з попереднім малюнком, є більш стабільною емоційно та має відчуття захищеності.
22	Артем Я.	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (зелений, блакитний, чорний, коричневий). За словами дитини він намалював Майн крафт та жителів міста. Зелений колір може означати наявність власних ресурсів (фізичних та психічних). Відсутність рук та наявність трьох ніг у двох істот може свідчити про недостатність підтримки та про бажання опори. Зменшення очей у головного персонажа дає підстави стверджувати про зменшення страхів у дитини. Гострі кути говорять про певний рівень тривожності. Відсутність рота може свідчити про небажання про щось говорити або розповідати.
23	Єлісей	Хлопчик	5	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (зелений, фіолетовий, червоний, помаранчевий, рожевий, жовтий, коричневий, чорний). На малюнку дитина намалювала кішку ближче до верхньої сторони листка, що може вказувати на підняття самооцінки дитини, в віру в свої сили та в себе.

				Певні гострі кути свідчать про тривожність, а намальовані зуби, потім закреслені - можуть свідчити про скриту агресію, або про заборону прояву вербальної агресії. Зменшення страхів проявляється в маленьких очах кота.
24	Дарина К.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально та виконаний різнокольоровими фломастерами (блакитний, жовтий, зелений, чорний). На малюнку намальована квітка з вушками і з обличчям. Довгі та гострі вуха та розставлені в сторони листочки можуть вказувати на те, що дитина захищається від когось, встановлює власні кордони.
25	Ліза С.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально та виконаних різнокольоровими олівцями (коричневий, жовтий, зелений, чорний, фіолетовий). На малюнку також намальований єнот на траві та під сонцем. Проте ці два малюнки все ж таки мають відмінності. На даному малюнку сонце набагато менше, що може свідчити, що потреба в спілкуванні вже не така велика і вона можливо вже задоволена. Також на малюнку єнот посміхається, що може свідчити про поліпшення емоційного стану дитини. Наявність трави вказує на те, що у дитини є надійна підтримка з боку значущих дорослих. На цьому малюнку відсутній хвіст, що може означати, що потреба в захисті вже менша, проте ще є, оскільки у цього єнота досить гострі та довгі вуха.
26	Кіра Р.	Дівчинка	6	Малюнок розташований вертикально та намальований фломастерами (блакитний, жовтий, фіолетовий, рожевий, чорний). На малюнку зображений летючий кіт з рогом єдинорога, який виконує бажання.

				Небо та земля можуть означати наявність достатньої підтримки з боку дорослих. На малюнку зображено сонечко, що вказує на потребу дитини у позитивних переживаннях. Проте крила, ріг та ніс можуть символізувати певні захисні елементи, які використовує дитина при бажанні захиститись від оточення.
27	Дарина Ч.	Дівчинка	5	Малюнок розташований горизонтально і намальований простим олівцем та фломастерами (синій, чорний, рожевий, зелений, помаранчевий). На малюнку намальована сова-котик, гусінь для нього, квітка-рибка і кіт-динозавр. Очі у всіх персонажів досить великі, а у головного персонажа досить сильно промальовані деталі, що вказує на певні страхи у дитини. У всіх персонажів є захисні елементи (хвости, великі крила, рука), що вказують на бажання захиститись та окреслити свої кордони. Велика кількість істот вказує на бажання спілкуватись та можливо у дитини недостатньо друзів та людей поруч, з якими в неї є спілкування. Великі вуха можуть бути ознакою того, що дитина прислухається до думки оточуючих більше, ніж до своєї.
28	Матвій Б.	Хлопчик	6	Малюнок розташований горизонтально та намальований різнокольоровими олівцями (коричневий та чорний). На малюнку зображена СобакоКіт. Відсутність агресивних елементів свідчать про зниження агресії та тривожності дитини. Елемент захисту у вигляді хвоста та вух присутній на малюнку, що може означати наявність людей в оточенні, від яких дитина захищається. Штриховка і на цьому малюнку присутня, що говорить про наявність тривожності, проте штриховка вже не така хаотична, як

				була на попередньому малюнку, що можна вважати ознакою зниження рівня тривожності.
29	Каміла Г.	Дівчинка	6	Малюнок розташований горизонтально і намальований різнокольоровими олівцями (зелений, синій, фіолетовий, жовтий та чорний). На малюнку зображено неіснуючу істоту, яка пасеться на полі. Присутні всі кінцівки, що може означати, що у дитини налагоджується потреба в захисті та підтримці. Тваринка знаходиться на зеленій траві, що означає опору та підтримку від значимих дорослих. Вуха вже опущені та не сторчать в різні сторони, що може слугувати ознакою рівня тривожності та вже відсутність підстав в захисті. Відкритий рот є ознакою того, що у дитини є бажання спілкуватись, можливо його недостатньо в реальному житті дитини. Очі вже набагато менші, що є свідченням зменшення страхів у дитини.
30	Мілана Ш.	Дівчинка	6	Малюнок розташований вертикально та намальований різнокольоровими олівцями (червоний, рожевий, синій, коричневий, фіолетовий, зелений, синій, жовтий). На малюнку зображений КотоВедмідь. На відміну від попереднього малюнку, на цьому ведмідь розташований на зеленій галявині, що свідчить про наявність підтримки зі сторони дорослих. На малюнку зображено сонечко, що вказує на потребу дитини у позитивних переживаннях. Загалом малюнок має певну сюжетну лінію: ведмідь-кіт іде гуляти по травці і над ним світить сонечко на небі. В порівнянні з попереднім малюнком, видно, що рівень агресивності та тривоги значно знизився.

StrikePlagiarism.com

Дата звіту 12/2/2025
Дата редагування ---

Звіт не був оцінений

Звіт подібності

Метадані

Назва організації
Melitopol State Pedagogical University named after B.Khmelnytskyi
Заголовок
Сайтарли Н._магістерська робота
Автор Науковий керівник / Експерт
Сайтарли Н.Олександр Непша
підрозділ
Melitopol State Pedagogical University named after B.Khmelnytskyi

Обсяг знайдених подібностей

Коефіцієнт подібності визначає, який відсоток тексту по відношенню до загального обсягу тексту було знайдено в різних джерелах. Зверніть увагу, що високі значення коефіцієнта не автоматично означають плагіат. Звіт має аналізувати компетентна / уповноважена особа.

КП 1

20856
Кількість слів

КЦ

153300
Кількість символів